૩

અંગુલિનિર્દેશ

મનુષ્યનો જાતીય પ્રશ્ન આજના સમાજનું ભારે ધ્યાન ખેંચી રહ્યો છે. એ ધ્યાન ખેંચવાનું માન જાતીય વિકૃતિઓને ફાળે જાય છે. શરીરના કોઈ પણ એક ભાગ ઉપર નાનકડી ફોડલી થાય ત્યારે શરીરનું લોહી બગડ્યું છે એવું ભાન જેમ માણસને થાય છે, તેવી જ રીતે જાતીય વિકૃતિઓ રૂપી સંખ્યાબંધ ફોડકાઓ સમાજશરીર ઉપર દેખાવા લાગ્યા એટલે આપણને પણ સમજાવા લાગ્યું કે સમાજશરીરમાં ફરતું લોહી આપણે ન દેખી શકીએ તેટલું ગંદું થયું છે. સમાજશરીર ઉપર થયેલા એ ફોડલાઓએ સમાજના આખા દેહ ઉપર ભારે ધમસાણ મચાવ્યું. એણે સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ બન્ને રીતે અનેક પ્રકારના રોગોનું દર્શન કરાવવા માંડ્યું. મનુષ્ય નાના મોટા શારીરિક રોગોથી પીડાવા લાગ્યો. આ રોગો તુરત જ મીટાવી દઈ શરીરને નિરોગી કરી શકાય, તેવા સ્વરૂપના નહિ, પરંતુ સારવાર કરવા છતાં આખરે અસાધ્ય નીવડે અને માણસનો જીવ લીધે જ છુટકો કરે તેવા સ્વરૂપો ધારણ કરવા લાગ્યા. મોતના કરતાં પણ વધારે ત્રાસદાયી વસ્તુ એ નીવડી કે માણસ જીવતો રહે, છતાંયે સળગતા નર્કમાં જીવતો હોય તેવું જીવન જીવે. સમાજે જીવન વ્યવહાર માટે જે નીતિ નિયમો કે ધર્મ ભાવનાઓનું નિર્માણ કર્યું હતું તે નિયમો અને ભાવનાઓ પણ આ જાતિય વિકૃતિઓના હથોડાથી બચી શકી નહિ. નીતિના નિયમો સમાજને ન દેખાય તેવી રીતે વટવા લાગ્યા. ધર્મભાવનાને પોતાની અતૃપ્ત વૃત્તિઓને છુપી રીતે સંતોષવા માટે ઠેએ ચડાવવામાં આવી. નીતિના નિયમો કે ધર્મની ભાવનાઓ સ્વતઃ ટકવા જેવા સ્વરૂપમા રહેલી છે કે કેમ એ પ્રશ્ન અહીં અસ્થાને છે, પરંતુ, એ નિયમો અને એ ભાવનાઓનો ધ્વંસ મનુષ્યે પોતાની કામવૃત્તિઓને છુપી સંતોષવા માટે કર્યો એમાં તો નર્યો હલકો સ્વાર્થ જ રહેલો છે. એવા હલકા સ્વાર્થને માટે કોઈ વ્યક્તિ કે સમાજને દોષ દઈ શકીએ તેમ પણ નથી. જાતીયવૃત્તિ તરફ પરંપરાથી એક એવા પ્રકારની ઘૃણા ઉત્પન્ન કરવામાં આવી છે, અને જાતીયવિકૃતિઓ તરફ આંખમીંચામણા કરવાની એક એવી મૂઢ માન્યતા ઘર કરી ગયેલી છે, કે એવાં ભયંકર પરિણામો આવ્યા વગર રહે જ નહિ. આવા પરિણામોને માટે વ્યક્તિનું અને સમાજનું ઘોર અજ્ઞાન કારણભૂત છે. છેક જ બાળપણની ઉમરથી માંડીને માણસ ઘરડો થાય ત્યાં સુધી તેની પાસે આ જાતીય વિજ્ઞાનનું જ્ઞાન મૂકવામાં

આવતું જ નથી. ઉલટું એવા પ્રયત્નો જ્યાં જ્યાં અને જ્યારે જ્યારે થયા છે ત્યાં ત્યાં અને ત્યારે ત્યારે તેવા પ્રયત્નોને અનીતિના જનક ગણીને વખોડી કાઢવામાં આવ્યા છે. અફસોસની વાત તો એ છે, કે મનુષ્યને જેટલું જ્ઞાન પોતાની આસપાસની સ્થૂળ પરિસ્થિતિનું હોય છે, તેટલું પણ જ્ઞાન પોતાના શરીરનું હોતું નથી. શરીરની અંદર હૃદય, પેટ કે ફેફસાં ક્યાં ગોઠવાયેલા છે એટલું પણ નહિ જાણનારની સંખ્યા એવડી મોટી છે કે આપણા અજ્ઞાન ઉપર એ જાણ્યા પછી આપણને તિરસ્કાર આવ્યા વિના રહે જ નહિ. જ્યાં સામાન્ય શરીર રચનાનો પણ ખ્યાલ નથી ત્યાં શરીરના જુદા જુદા અવયવો શું કામ કરે છે અને કેવી રીતે કામ કરે છે તેના જ્ઞાનની આશા તો ક્યાંથી રાખી શકાય?

પ્રજનનશાસ્ત્ર જેવું શાસ્ત્ર મનુષ્યના જીવન વિકાસમાં અત્યંત મહત્ત્વનું સ્થાન ભોગવે છે. એનો સામાન્ય ખ્યાલ પણ આપણી સમાજમાં આજે નથી. પ્રજનનશાસ્ત્રનું આવું અજ્ઞાન અશિક્ષિત લોકોમાં જ રહેલું છે એવું નથી. આપણા શિક્ષિત ભાઈ બહેનો પણ એ શાસ્ત્રના જ્ઞાનથી સારા એવા પ્રમાણમાં વંચિત હોય છે. આપણી સમાજમાં આજે જે પ્રકારની લગ્નપ્રથા પ્રચલિત છે તે લગ્નપ્રથા અંધારામાં ભૂસકા જેવી છે. જૂની લગ્નપ્રથા હો કે નવી પ્રેમલગ્નની પ્રથા હો, બધી પરિસ્થિતિમાં પ્રજનનશાસ્ત્રની દ્રષ્ટિથી આપણને ઘોર અંધારૂં દેખાય છે. કેવાં સ્ત્રી પુરુષો એક બીજા સાથે સંલગ્ન કરવાને યોગ્ય છે, કેવી પરિસ્થિતિમાં તેવાં લગ્નો હયાતિમાં આવવા ઘટે અને લગ્ન જીવન શરૂ કર્યાં પછી ભાવિ પ્રજાની દ્રષ્ટિથી એ વ્યવહાર ઉપર કેવી દ્રષ્ટિ રહેવી જોઈએ, એ બધુય જાણવાની હજી સુધી કોઈએ પરવા કરી નથી. લગ્ન જીવન જેવા મહત્વના વિષયને રૂઢિના દ્રષ્ટિબિંદુથી અથવા તો સ્નેહના દ્રષ્ટિબિંદુથી ચર્ચાઈ છે. લગ્ન જીવનના વિષયને વ્યક્તિ સ્વાતંત્ર્ય સાથે જોડી દેવામાં આવે છે. પરંતુ રૂઢી, સ્નેહ, કે સ્વાતંત્ર્ય, માનવ જાતિના વિકાસમય જીવનની દ્રષ્ટિથી એક મહત્વના અને મહાન શાસ્ત્ર ઉપર આધાર રાખે છે એનો જરા સરખો પણ ખ્યાલ રાખવામાં નથી આવતો. પ્રજનનશાસ્ત્ર જે દ્રષ્ટિબિંદુઓ આપણી પાસે ખડાં કરે છે તે દ્રષ્ટિબિંદુઓ રૂઢી, સ્નેહ કે સ્વાતંત્ર્યને જરૂર કરતાં વધારે મહત્વ આપી શકતાં નથી. પ્રજનનશાસ્ત્રનું ત્રાજવું સમતુલા જાળવે છે. એને તો કોઈ એક તત્વ તરફ વધારે પડતો પક્ષપાત નથી જોઈતો

એને જોઈએ છે માનવ જાતિનો વિકાસ. એ વિકાસ કેવળ શરીરનો નહિ, કેવળ બુદ્ધિનો નહિ, કે કેવળ મનનો નહિ. પ્રજનનશાસ્ત્રની નજર તો મનુષ્યના સર્વતોમુખી વિકાસ તરફ રહેલી હોય છે. ઉત્તરોત્તર ચાલતી આવતી પ્રજા દિનપ્રતિદિન વધારે સશક્ત થાય, વધારે સમૃદ્ધ થાય, વધારે વિજ્ઞાન પ્રેમિ થાય અને વધારે જ્ઞાનવાન થાય એના તરફ એ શાસ્ત્રની દ્રષ્ટિ હોય છે. પ્રજનનશાસ્ત્રમાં જાતીયશાસ્ત્ર, સ્નેહશાસ્ત્ર, સ્વાતંત્ર્યશાસ્ત્ર, સમાજશાસ્ત્ર અને મનુષ્યે પોતાનો વિકાસ કરવાને માટે સર્જેલા એવા બીજા બધા શાસ્ત્રોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. મનુષ્ય જીવનને બધી રીતે વ્યાપી લેતું આ શાસ્ત્ર કેટલું બધું મહત્વનું છે એનો ખ્યાલ એ શાસ્ત્રના આવશ્યક જ્ઞાન વિના આવી શકતો નથી.

આ પુસ્તકની અંદર મોટે ભાગે પ્રસુતિના વિષયને ચર્ચવામાં આવ્યો છે. પ્રસવકાળ પહેલાં અને પ્રસવકાળ પછી માતાની શી સ્થિતિ હોય છે, ગર્ભની શી સ્થિતિ હોય છે, બાળકની શી સ્થિતિ હોય છે અને શી શી સ્થિતિઓ હોવી જોઈએ એનું વિસ્તારથી અહીં વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. જાતીયવિજ્ઞાન કે પ્રજનનશાસ્ત્રની સીધી વાતો આ પુસ્તકમાં નથી, પરંતુ એ બંને વિજ્ઞાનોમાંથી ફલીત થતો મહત્વનો ભાગ જે માતાપિતા, વડીલો, દાયણ વગેરેએ જાણી લેવાની જરૂર રહે છે, તેનો વિસ્તારથી સ્ફોટ કરવામાં આવ્યો છે. પુસ્તકનો મોટો ભાગ પ્રસુતિ વિભાગે રોકી લીધેલો છે. એ વિભાગની આસપાસ માતાને ઉદ્દેશીને કે દાયણને ઉદ્દેશીને અથવા તો ક્યારેક સમગ્ર સમાજને ઉદ્દેશીને થોડું થોડું કહી નાખવામાં આવ્યું છે ખરૂ. પ્રસુતિ વિભાગને જેટલી ઝીણવટથી ચર્ચવામાં આવ્યો છે તે ઝીણવટ આજની સમાજના માતાપિતાઓ સમજતાં થઈ જાય તો પ્રજનનશાસ્ત્રનો એક મોટો કોયડો ઉકેલાઈ જાય.

આજે આપણી આસપાસ સંખ્યાબંધ બાળલગ્ન થતાં દેખાય છે. બાળલગ્નોને પરિણામે થતી અપક્વદશાની બાળ પ્રસુતિઓ કેટલીએ માતાઓના જીવ લે છે. કસુવાવડ એ આપણી સમાજની સ્ત્રીઓમાં એક સર્વસામાન્ય રોગ થઈ પડ્યો છે. બાળ મરણનું પ્રમાણ ઘણું મોટું વધી ગયું છે. સુવાવડના કામ દરમિયાન શરીરની સ્થિતિ અત્યંત સુલાયમ અને રોગી થઈ જવાથી સુવાવડમાં જ અનેક માતાઓ મૃત્યુ પામે છે. કેટલીએ

માતાઓની માનસિક હાલત ખૂબ મુલાયમ થઈ જવાથી આખો જન્મારો
તેવી જ ખરાબ સ્થિતિમા તેમને ગાળવો પડે છે કેટલીએ માતાના ગર્ભાશયો
ખરાબ કે વિકૃત થઈ જવાથી આખો જન્મારો વાંઝણી રહેવાનું દુર્ભાગ્ય
પ્રાપ્ત કરવું પડે છે સુવાવડવેળાના ડાકટરોના ઓપરેશનોનો પાર રહ્યો
નથી. આ બધી વસ્તુઓ એ પૂરવાર કરે છે કે પ્રસુતિશાસ્ત્રનું જ્ઞાન કોઈ
પણ માતાને નથી કોઈ પણ પિતા, માતાને તેવા અજ્ઞાનમાથી બહાર લાવી
શકે તેટલો જ્ઞાની પણ નથી. આના પરિણામે માતા અને બાળકોના
કચ્ચરઘાણ નીકળ્યા જ કરે છે પિતા આખી જીંદગી સુધી દુખી અવસ્થામા
રહે છે લગ્નજીવન આશિર્વાદ નહિ પણ શ્રાપ સમાન થઈ પડે છે

આ પ્રમાણેની પરિસ્થિતિ માટે બીજી પણ કેટલીએક વસ્તુઓ જવાબ
દાર છે દીકરી ઉમ્મરમા આવે ત્યારે અને ઋતુકાળ પ્રાપ્ત કરે ત્યારે તે
પણ ઘોર અંધકારમા પડેલી હોય છે ખુદ માતા કે પિતાને શરીર રચનાનું
કે જનન અવયવોની રચનાનુ કશું ભાન હોતું નથી. દીકરી ઉમર લાયક
થાય ત્યાર પછી પરણે, ત્યાર પછી માતા થાય, સદ્‌ભાગ્ય હોય તેટલુ જીવે,
દુર્ભાગ્ય હોય તો કોઈ એક સુવાવડમા જીવ ખોવે અને એથીએ મોટું
દુર્ભાગ્ય હોય તો જીવન આખુ રોગી અવસ્થામાં પસાર કરે ત્યા સુધી જે
વિજ્ઞાનના જ્ઞાન ઉપર મનુષ્યનું જીવન નિર્ભય રહે છે, જે વિજ્ઞાનના જ્ઞાન
ઉપર પ્રજાનુ તેજસ્વી સાતત્ય જળવાઈ રહે છે તેનો એક પણ અક્ષર એને
કાને પડતો નથી.

લગ્ન પ્રથા પણ એક પ્રકારનો આંધળો વ્યવહાર બની ગઈ છે માબાપ
પુત્ર પુત્રીઓના લગ્ન કરીને કોડ માણવાના અભિલાષ સેવે છે એક સામા-
જીક ઉત્સવ સિવાય એને બીજું કશું મહત્વ આપવામા આવતુ નથી.
લગ્ન પ્રજાસાતત્યનું એક મુહત્વનુ સાધન છે અને જેટલા પ્રમાણમા જીવન
શાસ્ત્રને ધ્યાનમા રાખીને લગ્નોની પ્રથા રચવામા આવે, તેટલો પ્રમાણમા
વર્તમાન પ્રજા તેમ જ ભવિષ્યની પ્રજા સબળ અને દીર્ઘાયુષિ રહેવાની છે,
તેનો ખ્યાલ આજે આપણને કોઈને નથી લગ્નનો આધાર કોઈ પણ વસ્તુ
ઉપર નહિ રાખતા પરણનાર દંપતિના શરીર અને મનની સ્થિતિ ઉપર
રાખવામાં આવે એજ સૌથી મહત્વની વસ્તુ છે પુત્ર કે પુત્રીને પરણાવના
પહેલા એની શારીરિક અને માનસિક સ્થિતિ પરિપક્વતાને પામી છે કે નહિ

એ જાણી લેવું બહુ મહત્ત્વનું છે. લગ્ન પહેલાં પુત્ર પુત્રીને શરીર રચનાનો ખ્યાલ, જાતીય વિજ્ઞાનનું ભાન, માતાપિતાની જવાબદારીનો ખ્યાલ. વગેરે આવશ્યક વસ્તુઓ પહેલાથી જ આપી દેવાની જરૂર છે. આજે તો કોઈ માતાપિતા પાસે આ જવાબદારી નથી. એ જવાબદારી માટે જરૂરી એટલું જ્ઞાન પણ નથી. જમાનો જાગૃત થયો છે ખરો, પરંતુ હજુ બ્રહ્મચર્યના પોકળ ઉપદેશો 'અને સંયમની ઉપરછલી વાતો કરવામાં જ આજના વડીલો પોતાનું ઇતિ કર્તવ્ય માને છે. સમાજ હિતચિંતકોએ જલદી જાગીને આ વિષયો ઉપર વૈજ્ઞાનિક ઢબે લખેલા પુસ્તકો સંખ્યાબંધ પ્રગટ કરવાની જરૂર છે. પુસ્તકોના વાચનથી માતપિતાના જ્ઞાનમાં જરૂરી એવો વધારો થાય, અને પુત્ર પુત્રીઓને' પણ પોતાના લગ્ન જીવનમાં આવશ્ય એવું માર્ગ દર્શન મળે એ તેવા પુસ્તકોનો એક માત્ર હેતુ હોવો જોઈએ. આ પુસ્તકે લગ્નજીવનના પ્રસુતિકાળ જેવા મહત્ત્વના અંગ ઉપર જરૂરી એટલી બધી માહિતી પુરી પાડે છે.

જેમ પ્રસુતિ અને તેની આસપાસની તમામ પરિસ્થિતિનું જ્ઞાન માતાપિતાને આવશ્યક છે તેમજ જનન અવયવો દ્વારા શરીરમાં ઘર કરતાં નાના મોટા ચેપી રોગોનું જ્ઞાન પણ દરેક માતાપિતા માટે અત્યંત આવશ્યક છે. ચાંદી કે પ્રમેહ, જેવા રોગોનુ પ્રમાણ વધતું જાય છે. અનેક માતાપિતાઓ એનો ભોગ થઈ પડી જીંદગી ગુમાવે છે. કેટલાએક હાલી મળેલા વૈદ ડૉકટરોનો ધંધો એના ઉપર નભે છે, એ આજના સમાજમાં આપણી શોચનીય દશા સૂચવે છે. પ્રમેહ કે ચાંદી જેવા રોગો થયા હોય તેવા પિતાઓ બાળકોના સર્જક બને, અને તેવી માતાઓ બાળકોની જન્મદાત્રી બને એ ભયંકર અજ્ઞાનનું સૂચક છે. એટલું જ નહિ પણ હવે તો એને એક મોટો ગુન્હો ગણવો જોઈએ. આવા રોગોના ભોગ થઈ પડેલા માતાપિતાઓ માટે સ્ટરીલાઈઝેશન આદિના અનિવાર્ય કાયદાઓ પ્રગતિશીલ દેશોમાં હયાતિમાં આવવા લાગ્યા છે. આપણે ત્યાં પણ તેની બહુ જ જરૂર દિનપ્રતિદિન ઉભી થતી જાય છે. જો તેમ નહિ કરીએ તો પ્રજાની અંદર ભયંકર રોગો વધતા જશે, પ્રજા અલ્પાયુષી અને નિર્માલ્ય બનશે, અને જતે દિવસે આપણી આખી પ્રજાનું પ્રજા તરીકેનું અસ્તિત્વ નાબુદ થશે. આ પુસ્તકમાં એ રોગો માટે રોગોની ઉત્પત્તિ માટે અને રોગોના નિવારણ માટે જે ધ્યાન કરવામાં આવ્યું છે. તે હરકોઈ વાચકને ઉપયોગી થઈ પડે તેવું છે.

સ્ત્રી 'માતા થાય તે' પહેલાં તેણે કઈ કઈ બાબતો ઉપર ખાસ લક્ષ આપવું પડે, ગર્ભવતિ હોય ત્યારે કઈ કઈ બાબતો તરફ લક્ષ આપવાની જરૂર રહે છે, અને પ્રસુતિ થયા પછી કેવી રીતે જીવન વિતાવવું ઘટે એ બધાયનો ટૂંકો અને સામાન્ય પરિચય અહીં કરવામા આવ્યો છે. માતા, દાયણ, બાળક, એ બધાય માટે સ્વચ્છતાના, નિયમિત ખોરાકના અને રહેણીકરણીના આવશ્યક સૂચનો પુસ્તકમાં છૂટા છવાયાં વેરાએલાં જણાયાં છે. બાળકનો જન્મ થયા પછી એને ક્યારે ક્યારે ધવરાવવું, કેવી રીતે ધવરાવવું, ક્યાં સુધી ધવરાવવું અને ધાવણું હોય તે કાળ દરમિયાન કેવો ખોરાક આપવો વગેરે બાબતોના આંકડાઓ પણ આપવામાં આવ્યા છે. સામાન્ય રીતે અજ્ઞાન માતા એમ સમજતી હોય છે કે, બાળક રડે છે એ એની ભૂખનું કારણ છે આ વાત હમેશાં સાચી નથી અજ્ઞાન માતા તો રડવાના એક માત્ર નિવારણ તરીકે બાળકને ધવરાવી દેવાનું શીખી હોય છે. આવા અજ્ઞાનના કારણે કેટલાયે બાળકો નાના મોટા રોગોના ભોગ થઈ પડતા હોય છે. તેમાથી બચી જવા માટે પણ ટૂંકી માહિતી પુસ્તકમા આપી છે.

આખું પુસ્તક વૈદકશાસ્ત્રના જ્ઞાન વિનાના અને શરીરશાસ્ત્રના જ્ઞાન વિનાના સામાન્ય માણસ માટે અઘરૂ પડે તેવું છે. સામાન્ય માણસ જોઈએ તેટલો લાભ આમાંથી ઉઠાવી નહિ શકે એવો મને ભય રહે છે. ભાષા પણ કેટલેક ઠેકાણે ક્લિષ્ટ થઈ ગઈ છે. પુસ્તકમાં જરૂરી ઠેકાણે ચિત્રો મુકવામાં આવ્યા હોત તો વધારે સારૂ થાત. કોઈ કોઈ ઠેકાણે ઉપદેશ આપવા જેવો ભાવ પણ આવી જાય છે. છાપના દોષો પણ ઓછા નથી. આ બધી ત્રુટીઓ હોવા છતાં પુસ્તકને સત્કારવામાં હું મારો સૂર પુરાવું છું. કારણ કે આવા પુસ્તકો લખાવાથી જ આપણી પ્રજાને હેવા પુસ્તકોની આવશ્યક્તા છે તેનો ખ્યાલ આપણને સાચી રીતે બંધાશે. આવા પુસ્તકો-ના પ્રકાશનથી જ આ જાતના અનેકવિધ પુસ્તકોના પ્રકાશનો પાછળ પાછળ ચાલ્યા આવશે.

આ લખી રહ્યો છું ત્યારે લેખક અને પ્રકાશક સંબંધની એક દુઃખદ ઘટના મારે કાને અથડાય છે. એ ઘટનાનો સામાન્ય ઉલ્લેખ કરવો અહીં જરૂરી દેખું છું. લેખકોએ નિસ્વાર્થ સેવા બુદ્ધિથી લખાણો લખવાની વૃત્તિ કેળવવી એ જેટલું અનિવાર્ય છે, તેટલું જ અનિવાર્ય પ્રકાશકોએ લેખકોને ચૂસી લેવાની વૃત્તિમાંથી છૂટી જવું એ છે. આજે તો લેખકો સાહિત્ય

બનવા માંડ્યા છે. પ્રકાશકો, કેવળ વેપારીઓ - બનવા - માંડ્યા - છે. લેખકની કદર આર્થિક દૃષ્ટિથી કરવામાં આવે એ જરૂર હિતાવહ અને અગત્યનું છે. પ્રકાશક પોતાની જરૂરી કમાણી પ્રકાશનમાંથી મેળવે તે પણ વાંધા ભરેલું નહિ ગણી શકાય. પરંતુ એ બન્ને સ્થિતિને મર્યાદા હોવી ઘટે છે. એ બન્નેમાંથી લેખક કેવળ ભાડુતી જ બની જશે અને પ્રકાશક લોહીચૂસણ વેપારી જ બની જશે, તો પ્રકાશનો દ્વારા ઉઘાડવો જોઈતો પ્રજા કલ્યાણનો માર્ગ રૂંધાઈ જશે. આટલો સામાન્ય નિર્દેશ મને પ્રકાશનોને અંગે આવશ્યક જણાયો છે.

અંતમાં, પુસ્તકનો ફેલાવો પ્રજામાં ઠીક પ્રમાણમાં થાઓ. અને પોતાને કેવા લખાણની જરૂર છે તેનું સાચું ભાન પ્રજા, લેખકો અને પ્રકાશકોને કરાવે એવી અભ્યર્થના સાથે વિરમું છું.

હરભાઈ

જરી ઝબકો વિજોગણ વિજળી !
અજવાળો રે મારા રંક અવાસ; નણદી૦

આવો-આવોને મહિયર મીઠડાં,
તમે આવોને મારી સાસુના શ્વાસ. નણદી૦

પ્રસૂતિચર્યાની ખામીના ભોગ બનેલા
સ્વ૦ સૌ૦ કસુંબા બહેનને ચરણે
ભાભી

અનુક્રમ

જરી ઝબકો વિજોગણુ વિજળી !
　　　　અજવાળો રે મારા રંક અવાસ; નણદી૦

આવો-આવોને મહિયર મોડલાં,
　　　　તમે આવોને મારી સાસુના શ્વાસ. નણદી૦

પ્રસૂતિચર્યાની ખામીના ભોગ બનેલા
સ્વ૦ સૌ૦ કસુંબા બહેનને ચરણે
ભાભી

૧

નારીજીવનની વિશેષતા

સૃષ્ટિકર્તાની સરજનલીલામાં સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેની સરખી જરૂર છે. તેમાં પણ સ્ત્રીજાતિ ઉપર તો ભવિષ્યની પ્રજાનો સંપૂર્ણ આધાર હોવાથી પુરુષ કરતાં પણ તેના પાલનની જવાબદારી વિશેષ છે. સૃષ્ટિનું રક્ષણ અને ઉન્નત જાતિનું ઘડતર સફળતાથી પાર ઉતારવા માટે નારીજાતિને પદ્ધતિસર કેળવવાની વ્યવસ્થા કરવાની સૌથી વધુ જરૂર છે. આપણા દેશનું દુર્ભાગ્ય છે કે આવા અગત્યના વિષયમાં કંઈ પણ કરવામાં આવતું નથી અને કરવામાં આવે છે તે તદ્દન પ્રાથમિક દશામાં છે. સ્ત્રીકેળવણીના નામે અત્યારે આપણી બાલિકાઓને જે કેળવણી આપવામાં આવે છે તે એટલી તો અપૂર્ણ છે કે પોતાની જાતને લગતા કેટલાક ગુપ્ત વ્યાધિઓ અણસમજમાં છુપાવી યુવાન સ્ત્રીઓ પોતાનું અને તે સાથે ભવિષ્યની પ્રજાનું અહિત કરે છે. કેટલાક ગુપ્ત રોગો કેવળ વહેમને વશ થઈ અસાધ્ય બનાવી દેવામાં આવે છે, કેટલાક ગુપ્ત રોગો કેવળ શરમને લીધે બહાર પાડવામાં આવતા નથી અને તેનું પરિણામ હમેશાં વિપરીત જ આવે છે.

સંતતિના હિત ખાતર માતાનું શરીર હમેશાં તંદુરસ્ત રહે તે તરફ લક્ષ આપવાની ખાસ જરૂર છે. અને તંદુરસ્તી કઈ રીતે મેળવાય એ જ્ઞાન માતાને પોતાને ન હોય તો એમ બનવું અસંભવિત છે. માટે માતાએ ખાસ કાળજીપૂર્વક આ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ; અને પોતાની પુત્રી ઉંમરમાં આવે તે પહેલાં તેને આ બધું

—નવયુગ ગ્રંથાવલિ—

૧૫ સંધ્યાના રંગ	[ભાનુરાવ જોશી]	૧-૪-૦
૧૬ કોરી કિતાબ	[ગુણવંતરાય આચાર્ય]	૧-૮-૦
૧૭ જીવન ચક્ર	[ધૂમકેતુ]	૧-૪-૦
૧૮ વિભંગકલા	[દુર્ગેશ શુક્લ]	૧-૮-૦
૧૯ લગ્ન ધર્મ કે કરાર?	[ભોગીન્દ્રરાવ દીવેટિયા]	૧-૮-૦
૨૦ પાંખડીઓ	[ગિરિશ ભટ્ટ]	૧-૮-૦
૨૧ રામરોટી	[નટવરલાલ પ્ર. બુચ]	૧-૮-૦
૨૨ સંહાર	[ઐયુબખાન ખલીલ]	૨-૦-૦
૨૩ એબીસિનિયા પર આથાર	[ચં. કા. ભટ્ટ]	૨-૦-૦
૨૪ મારા વિના નહિ ચાલે	[ધનવંત ઓઝા]	૧-૦-૦
૨૫ બ્રહ્મચર્ય મીમાંસા	[ડૉ. જટાશંકર નાદિ]	૩-૮-૦
૨૬ મુક્ત પંખી	[સૌરિન્દ્રમોહન મુખોપાધ્યાય]	૨-૮-૦
૨૭ ગાંમધણી	[ચીમનલાલ મુ. સુથાર]	૨-૦-૦
૨૮ રૂપરાણી	[ઇસાડોરા ડંકનની આત્મકથા]	૩-૦-૦
૨૯ નિવેદીતા ભા. ૧-૨	[ગુણવંતરાય આચાર્ય]	૩-૮-૦
૩૦ બિન્દુ	[પ્રહલાદ બ્રહ્મભટ્ટ]	૧-૪-૦
૩૧ નારી	[સૌરિન્દ્રમોહન મુખોપાધ્યાય]	૨-૦-૦
૩૨ નયના	[રસિકલાલ જોશી]	૩-૦-૦
૩૩ અદૃશ્ય માનવી	[એચ. જી. વેલ્સ]	૩-૦-૦
૩૪ પ્રથમ આષાઢ.	[નીરૂ દેશાઈ]	૨-૦-૦

મળવાનું સ્થળ: **નવયુગ પુસ્તક ભંડાર** રાજકોટ [કાઠિયાવાડ]

કરતાં સ્ત્રીજાતિનું કર્તવ્ય કેટલું મહાન છે, તે આ ઉપરથી સમજાય છે. માતાના સ્નેહમય વચનોથી બાળક ઊંઘી જાય છે, અને તેનીજ આજ્ઞાથી જગતના હિત ખાતર દોડે છે. માટે દરેક માતાએ પોતાના જીવનની આ મહત્તા અનુભવી પ્રભુના વિચિત્ર લીલાક્ષેત્રને વિષે પોતાનું કર્તવ્ય બજાવવા તૈયાર થવું જોઈએ.

બાલિકા મજબૂત અને તંદુરસ્ત બની પૂર્ણત્વ પ્રાપ્ત ન કરે ત્યાં સુધી તેનાં લગ્ન કરવાં યોગ્ય નથી. કારણકે માતૃત્વનાં કર્તવ્યો બજાવવા માટે દુર્બળ શરીર તદન નિરુપયોગી છે. સબળ શરીર અને અતૂટ આરોગ્ય એજ માતૃત્વની ભારે જવાબદારી ઉઠાવવા સમર્થ બને છે. માતા બાલિકા હોય તો તેનું સંતાન કદિ લાંબુ આયુષ્ય ભોગવનારું હોઈ શકેજ નહિ એટલુ જ નહિ પણ દુર્બળ બાલિકા માતૃત્વની જવાબદારી ઉઠાવવા તૈયાર થાય તો અનેક જાતના રોગ તેના શરીરને ઘેરી વળે છે ક્ષય જેવો ભયાનક રોગ સ્ત્રીવર્ગને મોટે ભાગે એની જવાબદારી ઉઠાવવાની અશક્તિમાંથીજ વળગે છે. બાલવધૂ જે કંઈ આહાર કરે તે વડે કદાચ તેના શરીરની પુષ્ટી થાય, પરંતુ જ્યાં સુધી તે ઉંમરે ન પહોંચે ત્યાસુધી ગર્ભને પોષણ આપવા જેટલી તાકાત તેનામાં હોતી નથી. તે જે કંઈ ખાય છે તે તેના શરીરની પુષ્ટિ પુરતુ જ હોવાથી ગર્ભને માટે ખોરાક ફાજલ પડતો નથી. માટે ગર્ભાવસ્થામાં આવી પડેલી બાલિકા કાં તો પોતાનું શરીર બગાડે છે અગર તો ગર્ભને નુકસાન કરી બેસે છે. બનતાં સુધી આવી સ્થિતિમા કસુવાવડ થઈ જાય છે અગર કોઈ કોઈ સ્થળે આવી સ્થિતિમાં માતા હિસ્ટરિઆ અગર એકલામરિઆ જેવા રોગથી ઘેરાઈ જાય છે અવિકસિત માતા કદાચ સતાન પ્રસવ કરે તો પણ બાળકને ઉપયોગી દૂધ તેના સ્તનમાં હોતુ નથી. અને તેથી બાળકને સ્તનપાન કરાવતી વેળા લોહીનો કેટલોક ભાગ વિકૃત બની દૂધમાં ફેરવાઈ જાય છે આથી બાળકનુ પોષણ જેવુ જોઇએ તેવું થતું નથી. એટલું જ નહિ પણ માતાના લોહીનું સત્વ આ પ્રમાણે

બહાર નીકળી જતું હોવાથી તેનામાં સાધારણ રોગ નિવારણ શક્તિ [Vitality] ઓછી થાય છે. આથી બહુ જ સહેલાઇથી ક્ષય, અજીર્ણ, સુવાવડમાં લાગુ પડનો અતિસાર અને મરડો વગેરે રોગો તેના શરીરમાં ઘર કરી બેસે છે.

શરીરપાલનના નિયમો બરાબર જાણમાં ન હોવાથી નાના પ્રકારના અત્યાચારોને લીધે ગર્ભાશય વગેરે શારીરિક યંત્રોમાં પણ જુદા જુદા રોગો પ્રગટ થાય છે. આથી શરીરપાલનના સંબંધમાંના મુખ્ય નિયમો દરેકના જાણવામાં હોવા જોઇએ. મનુ વગેરે પૌરાણિક મહાનુભાવોનાં શાસ્ત્રો વાંચવાથી પણ આ સંબંધમાં આપણે ઘણું ઘણું જાણી શકીએ છીએ. મનુસ્મૃતિ વાંચવાથી સતિત્વ અને તેના મહત્વ તથા રક્ષણ પદ્ધતિ સંબંધમાં જે કાંઈ બાબત જાણવામાં આવે છે, તે પરથી આપણે સ્પષ્ટ સમજી શકીએ છીએ કે જૂના કાળમાં પણ આ સંબંધમાં પુષ્કળ શોધખોળ અને ચર્ચા થએલી છે. જેમને સારાં સતાનો પ્રાપ્ત કરવાં છે તે પ્રદરયોએ અતિ સાવચેતી રાખી શરીરપાલન સંબંધીના નિયમો પાળવા ઘટે. તેમ ન કરવામાં આવે તો વ્યભિચારદોષથી દુષ્ટ રોગો તેના શરીરને વળગવાનો પુરેપુરો સંભવ રહેશે અને શરીર રોગગ્રસ્ત થયું એટલે આ જગતમાંના સર્વ સુખોનો લગભગ અંત જ આવ્યો એમ સમજવું રહ્યું.

આ બધા શારીરિક તંદુરસ્તી માટેના નિયમો શીખવા માટે સ્ત્રીઓ અને પુરુષોએ ઉંમરે પહોંચ્યા પહેલાં બ્રહ્મચર્ય પાળવું જોઇએ. દુર્ભાગ્યે હિંદ જેવા દેશમાં તો બ્રહ્મચર્યની વાતો એ નરકકથાની વાતો જેવી કલ્પિત જ મનાય છે. તેથી ઉલટું પશ્ચિમની પ્રજાઓ આપણી પૌરાણિક પ્રથાને જાગૃત રાખી પોતપોતાના સમાજને સુધારી રહી છે. પ્રોટેસ્ટ ધર્મ પ્રચારક પાદરીઓનાં પુસ્તકો વાંચી ઘણા નવી રોશની ભણેલા નવયુવકો આ સંબંધમાં ઘણું જાણી ચૂક્યા છે. આથી આપણો દેશ એ સ્થિતિમાં આવી પહોંચ્યો છે કે જ્યારે

બાળમરણ અને પ્રસૂતિનાં મરણની સંખ્યા દર વરસે વધતી વધતી અત્યારે ઉંચટની હદે આવી પહોંચી છે, અને એ સંખ્યા અત્યારે દેશના વિચારશીલ વર્ગને કંપાવી રહી છે. આ બધાંના પાયામાં આપણી દુર્વૃત્તિઓ જ આવી રહી છે, શરીરપાલન સબંધીનું અજ્ઞાન આવી રહ્યું છે, અગર એ બાબતના નિયમો અમલમાં મૂકવાના દૃઢ મનોબળની ખામી આવી રહી છે. ટુંકામાં અત્યારે આપણે પવિત્ર અને ઉન્નત જીવન ગાળવા માટે બની શકતા સર્વ પ્રયત્નો અમલમાં મૂકવાની જરૂર છે. અમે આશા રાખીએ છીએ કે પ્રત્યેક માતા, બહેન અને કન્યા ઉન્નત અને પવિત્ર જીવન ગુજારવાનો સંકલ્પ કરશે અને આ પુસ્તકમાં લખેલી હકીકત લક્ષમાં રાખી પોતાનું જીવન ઉન્નત બનાવવાનો પ્રયત્ન કરશે.

૨

માતૃત્વનો વિકાસ

આપણા આ ગ્રીષ્મપ્રધાન દેશમાં ઘણીખરી તદુરસ્ત બાલિકાઓ ૧૨–૧૩ વર્ષ દરમિયાન કુમારી અવસ્થા પૂરી કરે છે અને આ ઉમર પૂરી થાય તે પહેલાં થોડા રોજથી તેની સ્ત્રી પ્રકૃતિના અંગનાં કોઇ કોઇ લક્ષણો પ્રગટ થવાં શરુ થાય છે. ઠંડા મુલકોમાં સ્ત્રી સ્વભાવનું આવું પરિવર્તન ૧૪–૧૫ વર્ષની ઉમરે થવુ શરૂ થાય છે. આ પરિવર્તનની પહેલી નિશાની એ માલમ પડે છે કે એ ઉમર પછી પ્રત્યેક બાલિકાનાં સ્તન વૃદ્ધિ પામવા માંડે છે. સંતાન ગર્ભમાં

પેદા થાય તે પહેલાં કુદરત તેને માટે ખોરાક સંઘરવાનાં સ્થાનો યોગ્ય પ્રમાણમાં વિકસાવી રાખે છે, અને બાળકને માટે તેમાં દૂધનો સંઘરો કરી પરમકૃપાળુ પરમાત્મા પોતાની અપાર દયા દર્શાવી આપે છે. વળી બરાબર આજ સમય દરમિયાન બાલિકાનું માનસિક પરિવર્તન પણ થવા માંડે છે આ વિચિત્રતામય જગતના સૃષ્ટિ કૌશલ સંબંધમાં પણ તે કંઈક કંઈક સમજવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેના શરીરનું સૌંદર્ય વૃદ્ધિ પામે છે અને તે સાથે સ્ત્રીસ્વભાવ-સુલભ લજ્જા તેના શરીરના લાવણ્યને બમણું વધારી મૂકે છે. બહારના આ પરિવર્તન સાથે શરીરની અંદરનાં કેટલાંક પરિવર્તનો થવાં શરૂ થાય છે. જનનયંત્રાદિ જે પહેલાં નાના આકારનાં હતાં તે હવે વૃદ્ધિ પામવા માંડે છે. તે સિવાય શરીરમાંની કેટલીક ગ્રંથીઓમાં પણ ફેરફાર થાય છે. જનનયંત્રાદિ અને આ ગ્રંથીઓ વચ્ચે પરસ્પર સંબંધ છે અને તેઓની કાર્ય કરવાની શક્તિ પરસ્પર આધાર રાખતી હોવાથી આ બધાં એકબીજાને આશરે વૃદ્ધિ પામતાં જાય છે. જો આ અંગોમાંનાં કોઈપણ અંગની અસ્વાભાવિક અવસ્થા પેદા થાય તો શરીરમાં નાના પ્રકારના રોગો પેદા થાય છે અને તેવા રોગોના નિવારણ માટે ધાત્રીવિદ્યામાં નિપુણ હોશિયાર દાક્તરને બોલાવવાની જરૂર પડે છે.

જનનયંત્રાદિ સારી રીતે પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરે કે તરત કુમારિકા ઋતુમાં આવે છે અને ૧૫-૧૬ વર્ષની ઉંમરે તે યુવતી બની જાય છે. આ સમયે જો કે માતા તરીકેનાં કર્તવ્ય બજાવવા માટે બાળા સંપૂર્ણ તૈયાર હોવા છતાં તેની ઉંમર જ્યાં સુધી ૨૦-૨૧ વર્ષની થતી નથી ત્યાં સુધી એ અવયવોનાં હાડકાંઓ સંપૂર્ણ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરતાં નથી અને જ્યાં સુધી હાડકાં સંપૂર્ણ દૃઢ ન બને ત્યાં સુધીમાં બાલિકા જે કંઈ ખાય પીએ તે વડે કેવળ પોતાના શરીરનું જ પોષણ કરી શકે છે. આ અવસ્થા દરમિયાન જો તેને ગર્ભ રહે તો તેને માટે વધારાનો ખોરાક પોતાના શરીરમાંથી પૂરો પાડવો પડે

છે અને આ સ્થિતિ એ બાલિકા માટે અસ્વાભાવિક છે તથા તેનું પરિણામ અતિ ભયંકર આવે છે.[૧] સમય આવ્યા પહેલાં કુદરતી સોબત કરવાની વૃત્તિ અસ્વાભાવિક રીતે વૃદ્ધિ પામી ભવિષ્યની માતાના શરીરનું કોઈપણ પ્રકારે અહિત ન કરે તે માટે બાલિકાને યોગ્ય રૂપમાં કેળવણી આપી તેનાં માતૃત્વનાં કર્તવ્યો પાર પાડવામાં મદદનીશ થવું જોઈએ. આ બાબતમાં જે કાંઈ કેળવણી અપાશે તે ઉપર કન્યાના ભવિષ્યનો આધાર છે. આ માટે પ્રત્યેક માતાએ પોતાની દીકરી ઋતુમાં આવે તે પહેલાં તેના જીવનના કર્તવ્ય સબંધમાં અતિશય સાવચેતી રાખી, નકામી શરમ રાખ્યા સિવાય, અતિ સરળપણે વિધાતાનાં એ સૃષ્ટિ કૌશલતત્ત્વ વિષે જ્ઞાન આપવુ અગત્યનું છે. માતા થવામાં કેટલી કેટલી જવાબદારી માથે ઉઠાવી લેવી પડે છે, તે બાબત પોતાની કન્યાને પ્રત્યેક માતાએ વિશદ રૂપે સમજાવવી ઘટે આ બાબતનું પોતાને બરાબર જ્ઞાન ન હોય તો તે બાબતનુ અનુભવી માણસો પાસેથી જ્ઞાન મેળવી પોતાની કન્યાને આપવુ જો આ બાબતમાં માતા નિષ્ફળ નીવડે તો તો તે પોતાની પુત્રી પ્રત્યેની માતા તરીકેની એક મોટી ફરજ ચૂકે છે એમજ કહેવુ પડે. અને એ ફરજ ચૂકવા માટે એ માતા સમાજ અને ધર્મ નિકટ સપૂર્ણ જવાબદાર છે એમ કહીએ તો કાંઇ ખોટું નથી. આપણા દેશમાં કેટલીક કુમારિકાઓ બહુ નાની ઉંમરમાં ઋતુમા આવે છે. જે બાળાને સારી કેળવણી મળતી નથી, તેઓ અતિશય વિલાસી બને છે. તેઓ હમેશાં

૧ હિંદુ સંસારમાં મોટે ભાગે સ્ત્રીઓના જનનાદિ અવયવો સાચવનારાં હાડકાં પૂર્ણ બન્યા પહેલા સુવાવડ આવે છે અને તેનું પરિણામ અત્યારે આપણે ભોગવતા આવ્યા છીએ. ૨૦-૨૧ વર્ષ પહેલા પ્રસવદશામાં બાલિકા પોતાના શરીરનુ આરોગ્ય અને તેની વૃદ્ધિ ગુમાવે છે. તેનું કાઠુ જેવું ને તેવુ જ રહે છે. અને ઉમર વધતી જાય છે છતા એ બાલિકા પોતાના શરીરના માંસપેશી કે હાડકાઓ મજબૂત બનાવી શકતી ન હોવાથી તદન નબળી રહે છે, આ દશામાંથી નારીજાતિનો ઉદ્ધાર નહિ થાય તો હિંદની કેટલીક જાતો કે જે સ્ત્રીઓ પ્રમાણમા સંખ્યા કેવળ ઓછી ધરાવે છે તે કેવળ નારીજાતિ વિના નષ્ટ થાય તો તેમાં અમને નવાઈ જેવું કંઈજ લાગતું નથી.

નવલકથાઓ વાંચે છે. નાટક સિનેમા જુએ છે. અગર જે માતાઓ પોતાની પુત્રીઓ સમક્ષ અશ્લીલ વાર્તાઓ કરે છે, રાતદહાડો લગ્ન સંબંધી વાતો કરે છે અથવા સુયાણીઓ સુવાવડ આવવાની હોય તેવી સ્ત્રીઓને તપાસે ત્યારે અગર તેઓને પ્રસવ થતો હોય ત્યારે કુમારિકાને હાજર રહેવા દે છે, તે બાળાઓ હમેશાં નાની ઉંમરમાં ઋતુમતી થાય છે. કેટલાંક કુટુંબો તો એવાં પણ હશે કે જ્યાં નાની ઉંમરની પુત્રીને પોતાની માતાની સુવાવડનો ભાર ઉપાડવો પડે. આવા અધઃપતિત સમાજમાં બાર વર્ષની કુમારિકાઓ ઋતુમતી થાય એ સ્વાભાવિક છે. એક જ ઓરડામાં રહેતું કુટુંબ પણ કુમારિકાઓને વહેલી ઋતુમતી બનાવવામાં સહાયભૂત નીવડે છે. વળી બહુ નાની ઉંમરમાં લગ્ન કરવાથી પણ આ અનર્થ ઘટે છે. માટે પ્રત્યેક માતા અને પ્રત્યેક પુત્રીએ આ બાબતમાં ખાસ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની જરૂર છે. જો તેમ નહિ બને તો સમાજના અકલ્યાણમાં જે કંઈ હજુ બાકી રહ્યું હતું તે પૂરું થશે. દેશનું અને સમાજનું કલ્યાણ સાધવાની ઈચ્છાવાળી પ્રત્યેક માતાએ આ બાબતનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી પોતાની પુત્રીને વખત આવ્યે તે જ્ઞાન આપવામાં આનાકાની કરવી જોઈએ નહિ.

૩

લગ્નની ઉંમરનો નિર્ણય

કુમારિકાને કેટલા વર્ષે પરણાવવી તે સંબંધમાં આપણો આયુર્વેદ અને પશ્ચિમનું વૈદકશાસ્ત્ર લગભગ એક જ મતનાં છે. સોળ વર્ષ સુધી બંને શાસ્ત્રો કુમારિકાને બાલિકા તરીકે ઓળખાવે છે અને સત્તરમાં વર્ષથી તેને યુવતીનું નામ આપે છે. આનો અર્થ એજ કે સોળ વર્ષ પહેલાં તો કોઇપણ બાલામાં સંતાન ધારણ કરવાની શક્તિજ હોતી નથી. વૈદકશાસ્ત્રનો આવો મત છતાં સ્મૃતિશાસ્ત્રો આ બાબતમાં જુદો મત આપે છે. સ્મૃતિશાસ્ત્ર રમણી ઋતુમતી થાય કે તરતજ સપ્રયોગ અર્થાત્ સંતાન ધારણ કરવાને લાયક બને છે એમ લખે છે. હવે આ વાદવિવાદમાં એકજ વાત વિચારવાની રહી. સ્મૃતિકારો બાલિકા ઋતુમતી થાય ત્યારે લગ્નને લાયક થાય એમ લખે છે તો સ્મૃતિઓ રચાઇ ત્યારે સામાન્ય રીતે નારીવર્ગ રજોદર્શનમાં કેટલી ઉંમરે આવતો? જૂના કાળમાં કદાચ સોળ વર્ષ પહેલાં કોઇપણ બાલા ઋતુમતી થતી જ નહિ અને તેથીજ સ્મૃતિકારો આ પ્રમાણે લગ્નની હદ બાંધતા ગયા છે. પરંતુ વખત જતાં આરોગ્ય ભોગવતી બાલા કેળવણીને અભાવે વર્તમાન સમયમાં અગિયાર કે બાર વર્ષે રજોદર્શનમાં આવે છે. સહેજ વિચાર કરતાં આ બાબત વધારે સમજમાં ઉતરશે. કેળવણી અને યોગ્ય વર્તનને લીધે જે દેશના લોકો જૂના કાળમાં સો વર્ષ જીવતા તે કાળમાં બ્રહ્મચર્યના પ્રભાવથી બાલિકાઓ સોળ વર્ષે રજોદર્શનમાં આવે એ સંભવિત છે. કદાચ તે સમયની પ્રાકૃતિક અને આજુબાજુના

સંજોગોની સ્થિતિ વર્તમાન સમય કરતાં ઉન્નત હોય એ પણ સંભવિત છે.

કોઇ કોઇના મત મુજબ ૧૨ થી ૧૫ વર્ષ દરમિયાન લગ્ન થઈ જવાં જોઇએ. તો કોઈ કોઈના મત મુજબ ૧૫ વર્ષ પહેલાં લગ્ન થવાં જોઇએ જ નહિ. આ બાબતમાં સહેજ ઊંડે ઉતરી વિચાર કરતાં જણાશે કે દરેક એટલું કબુલ કરશે કે જ્યાં સુધી કુમારિકાના જનનાદિ અવયવો સંપૂર્ણ ન બને, તેમ તેને લગતી માંસપેશીઓ કે હાડકાં સંપૂર્ણતા પ્રાપ્ત ન કરે ત્યાં સુધી કોઈપણ રીતનાં લગ્ન ઉચિત નથી. જે જાતિ અથવા સમાજ બળવાન ને તંદુરસ્ત સંતતિ મેળવવા ઈચ્છે છે તે જાતિ કદિપણ આ નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરતી નથી અત્યારની અવસ્થામાં આ નિયમ પાળવામાં કદાચ કષ્ટ ઉઠાવવું પડે તો પણ ભાવિ પ્રજા ખાતર એ કષ્ટ ઉઠાવીને પણ પ્રત્યેક માતાપિતાએ આ નિયમ પાળવો જોઇએ. વર્તમાન અવસ્થામાં પણ કેટલીક વરવિક્રય કે કન્યાવિક્રય કરતી નાતોમાં છોકરી સ્વાભાવિક રીતેજ ૧૬–૧૭ વર્ષની થઈ જાય છે. માબાપને તેમ કરવાની ફરજ પડે છે એમ કહીએ તો ચાલે. તો પછી સ્ત્રીકેળવણીની ઉન્નતિ સાથે પ્રત્યેક બાલિકાને વીસ વર્ષ પહેલા કોઈ પણ માબાપ પરણાવવા નહિ માગે એવો જમાનો પણ થોડા સમયમાં આવશે એમ અમને લાગે છે. કારણકે કેળવાએલી છોકરી કદીપણ નાની કે કાચી ઉંમરમાં માતા બની પોતાનું અને પોતાના સંતાનનું અહિત કરવાનો પ્રયત્ન કરશે નહિ. તેઓ કાચી ઉંમરમાં રજોદર્શનમાં આવતી કુમારિકાનાં પરિણામોની ભયકરતા પોતાની દૃષ્ટિ સમક્ષ ખડી રાખશે. તેઓ નાની ઉંમરમાં સંતાનપ્રાપ્તિને યોગે ભોગવવાં પડતાં નાના પ્રકારના કષ્ટ અને અનારોગ્ય સ્થિતિમા આખું જીવન માંદગી ભોગવવાનું કદી પસંદ કરશે નહિ જે માતા પોતાના શરીરને પુષ્ટ બનાવવા શક્તિમાન નથી તે માતા પોતાના સંતાનને પુષ્ટિપ્રદ ધાવણ પૂરૂં પાડે એવી આશા રાખવી વૃથા છે. પરિણામે માતા ને બાલક

બંનેના શરીરનો ક્ષય અવશ્યંભાવી છે. કેટલીક વેળા એવું પણ માલમ પડે છે કે બાળકને ધવરાવનાં માતા પોતે જ અસાધ્ય ક્ષય રોગમાં સપડાઈ જાય છે. નાની ઉંમરમાં ગર્ભાશય વગેરે જનનયંત્રો પુરેપૂરી પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરતાં નથી. પરિણામે નાના પ્રકારના ભારે સ્ત્રીરોગ [Uterine Disease] પેદા થાય છે. અને તેથી માતાનું જીવન અશાંતિમય બની જાય છે. શરીરની પૂર્ણતા સાથે જ માતૃત્વનો વિકાસ થાય છે. છોકરી દરેક બાબત સમજતી થાય ત્યાર બાદ તેનું લગ્ન કરવામાં આવે તો કૌટુંબિક કે સામાજિક સુખશાંતિને કોઇપણ પ્રકારની હરકત નડતી નથી. એટલું જ નહિ· પણ અત્યારે અવિભક્ત કુટુંબને યોગે જે કાંઈ અશાંતિ પેદા થાય છે તે પણ ઓછી થઈ જાય. છેવટે કહેવાનું એટલુ જ કે પ્રત્યેક બાલામાં માતૃત્વનો સંપૂર્ણ વિકાસ ન થાય ત્યાં સુધી તેનાં લગ્ન કરવાં ઉચિત નથી. સમાજ અને દેશનું હિત ઇચ્છતો પ્રત્યેક માણસ આ બાબતમાં ખાસ વિચાર કરીને જ આગળ પગલું ભરશે એવી આશા આ સ્થળે અસ્થાને નહિ ગણાય.

૪

લગ્નની જવાબદારી

લગ્ન કરવું એ ભારે જવાબદારીનુ કાર્ય છે. આ સામાજિક ક્રિયા ઉપર જાતિનુ ભવિષ્ય આધાર રાખે છે. આ બાબતમાં જે જાતિ જેટલી સાવચેતી રાખે છે તેટલા પ્રમાણમાં તે જગતની બીજી પ્રજાઓની હરિફાઈમાં ઊતરી શકે છે. કામને વશ થઈ કેવળ ઇન્દ્રિયલાલસા તૃપ્ત કરવા ખાતરજ લગ્ન કરવાની ઇચ્છા થાય તો તેવાં લગ્ન સમાજ પર એક જાતના જુલમ સમાન છે, અને એવો

જુલમ સમાજના એક અંગ તરીકે ગણાતા સુજ્ઞ માનવીએ કદી કરવો જોઇએ નહિ અને જો પ્રાચીન ઋષિઓએ દર્શાવેલા ગૃહસ્થધર્મના પાલન માટે, પૂત નામના નરકમાંથી તરવા માટે, લગ્ન કરવાની ઇચ્છા થાય તો એ મહાપુરૂષોએ દર્શાવેલું બ્રહ્મચર્ય પાળી, શરીર અને મન શાંત બનાવી, તેજસ્વી બની વિવાહિત જીવન ગાળવા માટે સ્ત્રી અને પુરુષ બન્નેએ તૈયાર થવું ઘટે અને એમ બને તો જ લગ્નજીવનનું પરિણામ શાંતિમાં આવશે. મુક્તિનો માર્ગ મોકળો થશે વસિષ્ઠ, વિશ્વામિત્ર વગેરે ઋષિઓના વંશધરો શું તેમણે દર્શાવેલા મંગલમય રસ્તે તેઓના આદર્શ જીવનમાં ઉતારી જીવન ગાળવા તૈયાર નહિ થાય! કાળના પ્રભાવથી ખરા માર્ગથી ભ્રષ્ટ બનેલાં માનવીઓ પ્રયત્ન કરે તો એવા જીવન ગાળવા અત્યારે પણ સાધ્ય છે એમ તત્કાળ જોઈ શકે અને તેના દૃષ્ટાંતો પણ કંઈ નથી મળી આવતા એમ નથી વર્તમાન સમયમાં પણ એવા માણસો જોઈ શકાય છે કે જેઓ બ્રહ્મચર્યના પ્રભાવથી જીવનનું મોટા પ્રમાણમાં ભલું કરી શકે છે લગ્નબંધનથી પેદા થતું દામ્પત્યજીવન એ એક જ સંસારી માનવીઓને માટે ધર્મજીવન ગાળવાનું સાધન છે અને એ સાધનને અવલંબી પ્રાચીન ઋષિમુનિઓ પોતાની સાધનામાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી અમર થઈ ગયા છે આવા પવિત્ર દામ્પત્ય જીવનમાં કોઈ પણ પ્રકારનો દોષ પેદા થાય તે માટે સંપૂર્ણ સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે અને આવી સાવચેતી જ પ્રેમના પાયા પર ક્યપાઇ ક્રમે ક્રમે એ અતિ સહેલાઇથી ગૃહસ્થ-જીવનમાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરાવી માનવને વિશ્વપ્રેમ તરફ દોરી જાય છે

વિવાહ એ વંશરક્ષાનું મૂળ છે **पुत्रार्थे क्रियते भार्या** સન્તાન માટે જ લગ્ન કરવાની જરૂર છે તંદુરસ્ત સ્ત્રી નિયમ પ્રમાણે ગર્ભ ધારણ કરે છે અને સારા સંતાનને પેદા કરે છે અને એ રીતે વંશની વૃદ્ધિ કરે છે. સુસંતાન હમેશાં વંશનું ગૌરવ વધારે છે.

આમ હોવાથી કેળવણી પ્રાપ્ત કરી સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેએ લગ્નજીવનને માટે તૈયાર થવું. વંશરક્ષા માટે જ પ્રભુએ સ્ત્રીજાતિને સરજી છે. સ્ત્રીજાતિ આનંદ સ્વરૂપ છે. બધાં સુખનું મૂળ છે. દયા, માયા વગેરે સદ્‌ગુણો પ્રભુએ સ્ત્રીજાતિના અંતઃકરણમાં ઠાંસી ઠાંસીને ભર્યા છે અને એ વડે તેને સંતાનના ધારણપાલનને માટે ખાસ ઉપયોગી બનાવી છે. સ્ત્રી પતિને વિપત્તિના સમયમાં આશ્રયરૂપ બને છે. દુઃખના સમયમાં શાંતિદાતા બને છે. અને અન્યાય કાર્યમાંથી અટકાવનાર થાય છે. જે સ્ત્રી પોતાના પતિ પ્રત્યે આવો વ્યવહાર રાખે છે, તે જ સ્વામી સમક્ષ સ્વર્ગીય આનંદરૂપિણી દેવી રૂપે ગણાય છે. સ્ત્રી અને પુરુષ લગ્ન બાદ એક બીજાનાં પૂર્તિ રૂપ બને છે, અને એ રીતે તેઓ સંસારવ્યવહાર ચલાવવામાં સહાયભૂત થાય છે.

લગ્નજીવનની શરૂઆતમા એક બીજાની પસંદગીનું વિકટ કાર્ય કરવાનું હોય છે અને એ કાર્ય એવુ તો દુર્વહ હોય છે કે એમાં લાંબા અનુભવની જરૂર પડે છે, ઉગીને ઉભાં થતાં કિશોર કિશોરી આવી પસંદગી કરવામાં હમેશા લાગણીવશ બની જાય છે અને તાત્કાલિક લાભ ખાતર આખી જિંદગી હેરાન થાય છે માટે આ બાબતનો બોજો તેઓએ અનુભવી સગાસંબંધીઓ પર મૂકવો ઘટે. ઘણી વેળા એવુ બને છે કે ઉંમર લાયક પુરુષ પોતાની પત્ની પોતે જ પસંદ કરી લે છે. પરંતુ આ વ્યવસ્થા સરવાળે સુખદાયક નથી. કારણ કે યુવકોની વિચારબુદ્ધિ અનુભવદ્વારા શુદ્ધ બનેલી હોતી નથી, અને તેથી તે પોતાની આંખે રૂપાળી દેખાતી કન્યા પસંદ કરવા તરફ વધારે વલણ બતાવે છે. બીજા જરૂરી સદ્‌ગુણો સબંધમાં તે હમેશાં ઓછું ધ્યાન આપે છે અગર તે બાબતમાં આંખ આડા કાન કરે છે. વળી દરેક યુવકોને માટે રૂપ એ એક એવી આકર્ષક વસ્તુ હોય છે કે તે વસ્તુને પોતાની બનાવવા તે પતંગિયાંની પેઠે કૂદી પડે છે એ માટે જ આવા

દાખવામાં મોટે ભાગે એવુજ જણાય છે કે પસંદગીથી વરેલાં પતિપત્ની બન્નેનો ઉભરો શાંત થયા પછી પરસ્પર અળખામણાં બને છે પત્ની કદાચ તંદુરસ્ત હોતી નથી, પતિ કદાચ અનેક દોષથી ભરપૂર હોય છે પરિણામે લગ્નજીવનના આનંદદાયક ફળ રૂપ સંતતિથી તેઓ સદા વિમુખ રહે છે આમ હોવાથી વિવાહ જેવાં મહાન કાર્યની અંદર હમેશા અનુભવી, જ્ઞાની ગુરૂજન ઉપર આધાર રાખવો એ જ ઠીક છે અલબત્ત એવુ પણ બને છે કે વર્ગવિક્રય કરતી નાતમા પિતા કેવળ પૈસાના લોભથી તંદુરસ્ત કુટુંબની કન્યાને તજી ધનવંતિની રોગી કન્યા સાથે પુત્રનું લગ્ન કરે છે, તેમ કન્યાવિક્રય કરતી નાતો કેવળ એવા જ હેતુથી તંદુરસ્ત ને રૂપાળી કન્યાને રોગી કે અશક્ત પતિ સાથે પરણાવી પોતાની દ્રવ્યલાલસા તૃપ્ત કરે છે પરતુ કોઈપણ બુદ્ધિશાળી પિતા તો આવુ કરે જ નહિ આને પરિણામે સસારમા તે એવી તો અશાંતિને આમત્રણ આપે છે કે પરિણામે તેનો વશવેલો નષ્ટભ્રષ્ટ બની જાય છે આ માટે આવી વ્યવસ્થા કોઈને માટે પણ યોગ્ય નથી પુત્ર કે પુત્રીના લગ્ન કરતી વેળા સામા પક્ષનું ધન જોવા કરતા નિર્મળ શોણિત અને પવિત્ર કુલશીલ જોઈ લગ્ન કરવાં એ ઉત્તમ છે પ્રત્યેક અનુભવી પુરષોએ ધ્યાનમા રાખવાનું છે કે તંદુરસ્તી પ્રત્યે આખ આડા કાન કરવાથી પરિણામે અનેક કષ્ટ ભોગવવા પડે છે અને અશાંતિરૂપ વિષની જ્વાલાથી વશના પાયા ડગમગી ઊઠે છે આ સસારમાં તંદુરસ્તી કરતા વધારે આદરમાન આપવા જેવુ બીજુ ધન નથી જેઓ ધનના લોભથી પોતાના વશનુ આરોગ્ય જતુ કરે છે તેના જેવો દુર્ભાગી, મહાપાપી આ જગતમા બીજો કોઈ નથી સતાન એ માબાપના આરોગ્યનું પ્રતિબિંબ માત્ર છે તે માટે માબાપ દુર્બળ હોય તો સતાન પણ તેવાજ બને છે આ બધી બાબત પર બરાબર ધ્યાન આપી છોકરાને વગવવાં પરણાવવાં જોઇએ જેઓ ખરા પાત્રને વિષે પ્રેમ સ્થાપી શકે નહિ, તેઓના અદૃષ્ટમા કદી નિર્મળ સુખ ભોગવ-

વાનું લખ્યું હોતું નથી. તેવા માણસો પૈસાની જાળમાં સપડાઈ જીવનપર્યંત દુઃખ ભોગવે છે. સ્ત્રી પુરુષનું આરોગ્ય સારૂં ન હોય તો લગ્નજીવનનો મૂળ હેતુ સચવાતો નથી. આપણા દેશમાં લગ્ન એ આજકાલ પૂતળાપૂતળીના ખેલ જેવો બનાવ ગણાવા લાગ્યો છે. અને તેને પરિણામે આપણી આવરદા સરેરાશ ત્રેવીસ વર્ષની બની ગઇ છે. પરંતુ જૂના કાળમાં તેમ ન હતું. લોકો બ્રહ્મચર્ય પાળી લગ્નજીવન માટે તૈયાર થતા. આરોગ્યથી ભરપૂર જીવનતત્ત્વવાળાં જોડાં લગ્નજીવનથી જોડાતાં. અને તેને લીધે દેશની સરેરાશ આવરદા તે વખતે સો વર્ષની ગણાતી. મનુસ્મૃતિના ૯ માં અધ્યાયમાં ૨૭–૨૮ શ્લોકમાં સ્ત્રીનાં નીચે પ્રમાણે કર્તવ્યો ગણાવેલાં છે.

उत्पादनमपत्यस्य जातस्य परिपालनम् ॥
प्रत्यहं लोकयात्राया. प्रत्यक्षं स्त्रीनिबंधनम् ॥
अपत्य धर्मकार्याणि सुश्रुषा रतिरुत्तमा ॥
दाराधीनस्तथा स्वर्गः पितृणामात्मनश्च ह ॥

સંતાન પેદા કરવું, તેનું પાલન કરવું, દરરોજ, અતિથિ અને આત્મીય સ્વજનને ભોજન કરાવવું, ઘરકામ કરવું, ધર્મકાર્ય, પરિચર્યા, વિશુદ્ધ રતિ, પિતૃઓને પોતાનો સંતાનાદિના જન્મદ્વારા સ્વર્ગનો ભોગવટો વગેરે મહાન કાર્ય સ્ત્રી સિવાય બની શકે નહિ.

સ્ત્રી પુરુષની એકત્ર જવાબદારી પર ધર્મ, અર્થ, કામ, મોક્ષાદિ વિષયો આધાર રાખે છે. અને એ બન્નેની પરસ્પરની વિતૃષ્ણા એ માનવજીવનની સાફલ્યરૂપ બાબતો પાર પાડવામાં સદા અડચણ રૂપ બને છે.

લગ્નવિધિમાં સ્વયંવર પ્રથાને કેટલું માન આપવું એ પ્રશ્ન પણ વિચારવા જેવો છે. હિંદમાં પ્રાચીનકાળમાં આ પ્રથા હતી. રિવાજ મુજબ ઉંમરમાં આવેલી કુમારી યુવતી પોતપોતાના પતિને પસંદ

ચોક્ખી ના હોય તેવે સ્થળે લગ્ન કરતાં અવશ્ય અચકાશે. માબાપ અને કન્યા બન્નેની સંમતિથી જ સ્વયંવર પ્રથા દીપી ઉઠે છે. અને તે માટે જ કન્યાએ માતા સમક્ષ પોતાને ગમતી બધી બાબતોનો સ્પષ્ટ રીતે ઉલ્લેખ કરવો ઘટે, અને છેવટને સરવાળે માબાપના અનુભવમાંથી ચળાઈ આવેલી વસ્તુને જ સ્વીકારવી ઘટે. આ સમય જ એવો હોય છે કે રૂપનાજ મોહે કન્યા ને કિશોર બન્નેની બુદ્ધિ ઢાંકી દીધેલી હોય છે, અને તે વખતે જો તેઓ માબાપની સંમતિ વગર જીવનનું મહાનમાં મહાન કાર્ય કરવા પ્રેરાય તો તેના સંસારમાં શાંતિને બદલે અશાંતિની આગના ભડકા એવા ભભૂકશે કે તેમાં દંપતિને બળી ભસ્મ થવું પડશે.

ભવિષ્યમાં જો સ્વયંવર પ્રથા પ્રચલિત થાય તો દમયંતી, સીતા, સાવિત્રી વગેરે પ્રાતઃસ્મરણીય સતીઓ જે પદ્ધતિ મુજબ પતિ પસંદ કરવામાં સફળ નીવડી હતી, તે જ પદ્ધતિ પસંદ કરવી જોઈએ. પરંતુ પુસ્તકો વાંચી જે આદર્શ ચારિત્રની કલ્પના સબવિત બને છે તેના કરતા વાસ્તવિક જીવનમાં ઉલટું જ જણાય છે. માટે બધી બાબતમાં ખાસ વિચાર કરી વાસ્તવિક જીવન ગાળવાને લાયક સાધન સામગ્રી એકત્ર કરવી ઉચિત છે. કુમારી પોતાના ચારિત્ર, મન વગેરે જે પ્રમાણે ઘડશે બરાબર તે જ ચારિત્ર, મન વગેરેની આશા તેના સ્વામી પાસેથી રાખી શકે પરંતુ તેણે જાણવું જોઈએ કે જે રીતે પોતે પતિ પસંદ કરે છે તે જ રીતે તેનો ભાવી પતિ પણ પોતાની પ્રસંદગી મુજબ પત્ની પ્રસંદ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. બંનેના વિચારો અને સદ્‌ગુણોમાં સમાનતા હશે તો જ તેઓનુ દામ્પત્ય જીવન પ્રીતિપદ અને શાંતિમય બને છે. કેવળ કામચલાઉ લાગણીવશ બનવુ કોઈને માટે ઉચિત નથી. પોતાના જીવનનો સોબતી ખોળવા માટે તો આવી લાગણીવશતા કેટલીક વેળા ઝેરનું કામ સારે છે.

તેમાં પણ ખાસ યાદ રાખવાનું એ જ છે કે દંપતિના આરોગ્ય

ઉપરથી જ ભવિષ્યની પેઢીનું આરોગ્ય સંપૂર્ણ આધાર રાખે છે. એ માટે પતિ અગર પત્નીની પસંદગીમાં પહેલું સ્થાન તંદુરસ્તીને આપવાની જરૂર છે. પતિએ પત્નીને અને પત્નીએ પતિને હંમેશા તંદુરસ્ત જોઈ પસંદ કરવાં જોઈએ. ખાસ કરીને ક્ષય, [Phthisis] માસાર્બુદ, [Cancer] ગણ્ડમાળ, [Scrofula] ગાંડપણ, [Insanity] કોઢ, [Leprosy] ચાંદી, [Syphilis] અથવા પરમીઓ [Gonorhea] લાગુ પડેલ હોય તેવાં મનુષ્યો લગ્ન માટે હંમેશાં નાલાયક ગણાય છે એ વાત પ્રત્યેક લગ્ન કરવા લાયક ઉંમરના યુવક યુવતીઓએ ધ્યાનમાં રાખવાની છે. યુરોપાદિ દેશોમાં તો આવા રોગોથી પીડાતાં માનવીઓના લગ્ન સબંધ કાયદાની મદદથી અટકાવેલા છે. આપણે ત્યાં સરકાર સમાજસ્વાસ્થ્ય જેવા અગત્યના વિષયમાં એટલો બધો રસ લેતી નથી, અને તેથી આવા વંશપરંપરાદ્વારા ઉતરી આવતા રોગો કૂદકે ને ભૂસકે વધતા જ જાય છે. આ રોગો સિવાય બીજા પણ એવા અનેક રોગો છે કે જે વડે દંપતિનું આરોગ્ય ખરાબ બનવાનો સંભવ રહે છે.

વળી લગ્ન કરતી વેળા આવા વંશપરંપરા ફેલાતા રોગો ઉપનક દૃષ્ટિએ માલમ નથી પડતા. પરંતુ પાછળથી એ રોગો ઉગ્ર રૂપમા માલમ પડી આવે છે. પૂર્વજોનાં પાપ બીજી કોઈ દૃષ્ટિથી ન માનીએ તો પણ વૈદક દૃષ્ટિથી તો માનવાં જ પડશે. પૂર્વજના આવા ભયાનક રોગો પુત્રપૌત્રાદિકને વારસામાં મળે છે. માટે લગ્ન સબંધ જોડતી વેળા આ જ્ઞાનની પણ ખાસ જરૂર પડે છે. અને ખાસ કરીને પોતાના કૌટુંબિક દાક્તરની આ બાબતમાં મદદ લેવાની ખાસ જરૂર છે.

પરંતુ જે દેશમાં રોગથી રીબાતાં મનુષ્યોને સામાન્ય દવા પણ મળતી નથી તે દેશમાં કૌટુંબિક દાક્તરોની આશા રાખવી વૃથા છે. એવા કેટલાય દાખલા બને છે કે કેવળ મિત્રતથી આવા રોગો છુપાવવામાં આવે છે અને મોટે ભાગે આમાં કન્યાને જ ઉતરવામાં

આવે છે. માબાપો અગર તો ભાવી પતિપત્ની આ બાબતમાં સાવચેતી રાખે એવો સમય હજુ આપણા દેશ માટે બહુ દૂર છે. છતાં સમજુ માબાપોએ આ બાબતમાં પૂરતી સાવચેતી રાખવી ઘટે અને જરૂર પડે ત્યાં તબીબી મદદ લેવી ઘટે.

૫

માતાનું બ્રહ્મચર્ય

છોકરીઓની ઉંમર વધતી જાય તે સાથે બ્રહ્મચર્યના ફાયદા તેની સમજમાં ઉતરતા જાય એવી પેરવી કરવી ઉચિત છે. પ્રાચીન હિંદુ સમાજમાં પવિત્ર જીવન ગાળવા માટે ચાર આશ્રમ કલ્પેલા હતા. (૧) બ્રહ્મચર્ય. (૨) ગૃહસ્થ. (૩) વાનપ્રસ્થ. (૪) સંન્યસ્ત.

આમાંનો પહેલો આશ્રમ કેવળ છોકરા માટે જ ન હતો. એ તો છોકરા અને છોકરીઓ બંનેને માટે આવશ્યક ગણાતો હતો. છોકરા જેમ આઠમા વર્ષથી માંડીને છત્રીસ વર્ષ સુધી વિદ્યા ભણવામાં રોકાઈ રહેતા હોવાથી ફરજીઆત બ્રહ્મચર્ય પાળતા, તેમ છોકરીઓ પણ તેટલી ઉંમર સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળી પવિત્રાવસ્થામાં ગુજારતી. અલબત્ અત્યારનો દેશકાળ જોતાં છત્રીસ વર્ષ સુધીનું બ્રહ્મચર્ય તો આપણને ન પાલવે પરંતુ બ્રહ્મચર્યાશ્રમ વિના તો આપણને ચાલવાનું જ નથી. બ્રહ્મચર્યાશ્રમનો હેતુ જ એ હતો કે ઇંદ્રિયાદિ દ્વારા ન ઉતરતાં મનમાં સ્થિરતા આણવી. મન સ્થિર બને કે તરત જ બુદ્ધિ ખીલે છે અને વિવેકબુદ્ધિદ્વારા પરિચાલિત મન બ્રહ્મનું સ્થિતત્વ સમજવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આવી સ્થિતિમાં ચિત્તનો તનમનાટ ઓછો થઈ જાય

છે, અને ચારિત્ર ઉત્કૃષ્ટ બને છે. કેવળ બ્રહ્મચર્ય ઉપર સ્થપાએલા ગૃહસ્થાશ્રમથી જ સત્પુત્ર પ્રાપ્ત થાય છે અને તેવા પુત્રદ્વારા વર્તમાન અને ભાવી વંશજોનું ભલું થાય છે. આવા સદ્‌ગુણી પુત્રો પૂર્વજોને પણ નરકયંત્રણામાંથી તારી, પુત્ર નામને સાર્થક કરે છે.

પુરાણાદિની કાલ્પનિક વાતો સાંભળી કોઈને વળી એવો ભ્રમ પેદા થયો છે કે બ્રહ્મચારી બનવું હોય તો સ્ત્રીપુત્રકુટુંબાદિ તજી જંગલમાં જઈ કઠોર તપ આચરવું પડે. અથવા લાંબો કાળ અવિવાહિત રહી જીવન ગાળીએ તો જ બ્રહ્મચર્ય પાલનનો હેતુ સિદ્ધ થાય. પરંતુ આવી ધારણા વાસ્તવિક રીતે તદ્દન ભૂલભરેલી છે. વનમાં જઈ એકાંતમાં વસવાથી જ જો બ્રહ્મચર્યાશ્રમનો હેતુ સધાતો હોય તો ભગવાં લુગડાંવાળા, ત્રિશૂળધારી, વનચારી અને ઉદાસીનો કદી રાગ-દ્વેષથી ભરેલા હોત જ નહિ. અને જો ચિરકુમાર કે ચિરકુમારી રહેવાથી જ બ્રહ્મચારી રહેવાતું હોત તો વ્યાસ, વસિષ્ઠ, જનકાદિ મહાનુભાવો સંતાનોના પિતા હોવા છતાં આદર્શ બ્રહ્મચારી તરીકે પંકાતા ન હોત. જેઓ પ્રકૃતિને વશ કરી, ભૂખ, તરસ મટાડવા પુરતો મિતાહાર કરે તેઓ વસ્તુતઃ ભોગવાસનાની તૃપ્તિ માટે કંઈ કરતા હોય એમ મનાતું નથી. તેઓ સંસારમાં છતાં અનાસક્ત રહી શકે છે. અને ખરૂં સુખ ભોગવી શકે છે. ખરૂં કહીએ તો સુખ માત્ર તેઓના હાથનું રમકડું છે. લગ્ન ન કરવાં એ બ્રહ્મચર્યનો માર્ગ નથી. ઉલટું એ તો પ્રભુની નીતિ વિરૂદ્ધનું કાર્ય છે. ટુંકામાં જેઓ લગ્ન જીવન ગાળતાં છતાં પોતાની વાસનાને કાબુમાં રાખવા સમર્થ હોય છે તે જ આદર્શ બ્રહ્મચારી ગણાય છે.

બ્રહ્મચારી અગર બ્રહ્મચારિણીએ પણ પ્રભુના નિયમો પાળવાના હોય છે. અને તે માટે જ તેણે કુદરતના જુદાજુદા કાંટાઓનો અભ્યાસ કરી, તેનો હેતુ અનુભવમાં ઉતારી ગૃહસ્થાશ્રમમાં પ્રવેશ કરવો. ગૃહસ્થાશ્રમમાં પ્રવેશ કર્યા પહેલાં શરીર, મન અને આત્મા એ ત્રણે વચ્ચે

સમાનતા સ્થાપવી પડે છે. શરીરને કર્મદ્વારા, મનને વિજ્ઞાનના અનુશીલનદ્વારા અને આત્માને વિચારદ્વારા અગર ઉચ્ચ ભાવદ્વારા ઉચ્ચ બનાવી સ્થિર બનાવવાં એજ ગૃહસ્થાશ્રમના જીવનની ઉત્ક્રાંતિ ઉન્નતિના પાયા રૂપ છે. અને પાયો મજબૂત હોય તો ગૃહસ્થી આ જગતને પોતાનાં સંતાનો વડે ઉન્નત બનાવી શકે છે. બ્રહ્મચર્ય પાળી દેહ, મન અને આત્માને પવિત્ર બનાવી પોતાના જેવાજ પતિને વરનાર રમણી માતૃત્વદ્વારા સમાજમાં ઉચ્ચ સ્થાન પ્રાપ્ત કરી, વશ અને સમાજ ઉપર સપૂર્ણ પ્રભાવ વિસ્તારી, સંસારમા શાંતિ સ્થાપી શકે છે.

વર્તમાન સમયમાં બાલમૃત્યુ અને પ્રસૂતિમૃત્યુનું જે ભયંકર પ્રમાણ વધતું જાય છે તેને માટે મોટે ભાગે ઉંમર વિના ગર્ભધારણ કરવાનું કારણ જ જવાબદાર છે. સમાજના આગેવાનોની ટુકી નજરને પરિણામે આ સ્થિતિ આવી પડી છે. અને હવે એવો સમય આવ્યો છે કે એનો ઉપાય કર્યા સિવાય ચાલે તેમ નથી.

હિંદુ સમાજમાં કેટલી નાની ઉંમરે લગ્ન કરવામાં આવે છે એ વૃત્તાંત જાણી ખરેખર દિગ્મૂઢ બની જવુ પડે છે. જે દેહમાં શરીર વિકાસ અને ભણતરને ભોગે લાકડે માકડા વળગાડી દેવાય તે દેશના અધ:પતન વિષે વિચાર જ કરવાનો ન હોય.

દેશના ભલા ખાતર હવે બાળલગ્ન સામે ઝુંબેશ ઉઠાવવી જોઈએ છૂટક છૂટક પ્રયત્નોથી નહિ પણ સમૂહબદ્ધ ભાવે જબ્બર પ્રયત્નો નહિ આદરવામાં આવે તો હિંદુજાતિ જીવજતુના જેવી નિર્માલ્ય બની જશે અને સદાને માટે ગુલામ બની રહેશે. શિક્ષિત માતાઓએ આ બાબતમાં ખાસ લક્ષ રાખવું ઘટે. માતા પોતે જ જાતિની રચનામાં મુખ્ય મદદનીશ છે. માતા બાળકને ઇચ્છા મુજબ ઉછેરવા અને કેળવવાની શક્તિ ધરાવે છે. માતા ઉપર બાળકના ભસાનો આધાર છે અને બાળકનું ભલું જાતિના ભવિષ્યને સુધારવા

શક્તિમાન છે માતા શુ કદી પોતાની વહાલી પુત્રીને વિધવા બનાવવા આતુર હોય ?

છતા બાલવિવાહનું પ્રમાણ વધતું જ જાય છે ઈ સ ૧૯૨૧ કરતા ઈ સ ૧૯૩૧ના આકડા આ બાબતની ભયંકરતા સ્પષ્ટ બતાવી આપે છે. સેન્સસના રિપોર્ટ કહે છે કે ઈ સ ૧૯૨૧ના વર્ષમા એક વર્ષથી નીચેની બાલવધૂઓ ૯૦૬૬ હતી, જ્યારે ઇ સ. ૧૯૩૧મા આ સખ્યા ૪૪૦૮૨એ પહોચી એકી સાથે પાંચ ગણો કૂદકો માર્યો. અને તે પણ શારદા એક્ટ જેવો બાળલગ્ન પ્રતિબધક કાયદો સરકારની ધારાપોથીમા મોજૂદ છતા

આ સાથેજ ઈ સ ૧૯૨૧મા એક વર્ષ નીચેની ઉમરની વિધવાઓનો આકડો જે ૭૫૯નો હતો, તે ઈ સ ૧૯૩૧માં ૧૫૧૫એ પહોચ્યો છે આ બાળ લગ્નના આખા પ્રશ્નનો શું મજબૂત સામનો કરવા યોગ્ય આકડા નથી ?

સમગ્ર હિંદમાં પરણેલી બાળાઓના ઈ સ ૧૯૩૧ના સેન્સસ રિપોર્ટ પરથી તારવેલા આંકડા નીચે આપવામા આવે છે

એક વર્ષ અને તેની નીચે પરણેલી બાળાઓ દર સેંકડે	૮
એકથી બે વર્ષ સુધીની … … … …	૧૨
બેથી ત્રણ વર્ષ સુધીની … … … …	૨૮
ત્રણથી ચાર વર્ષ સુધીની … … … …	૪૨
ચારથી પાચ વર્ષ સુધીની … … … …	૬૬
પાંચથી દશ વર્ષ સુધીની … … … …	૧૯૩
દશથી ૧૫ વર્ષ સુધીની … … … …	૩૮૧

મતલબ કે પરણેલી સ્ત્રીઓમાંથી સેકડે ૭૨ ટકામાં પદર વર્ષની અંદરની જ છે, અને ૪૪ ટકા દશ વર્ષની અંદરની છે

બાળલગ્નોનો હજુ કેટલો પ્રચાર છે તે આ આંકડા સ્પષ્ટ બતાવી આપે છે.

આ રીતે પંદર વર્ષ સુધીની બાલ વિધવાઓના આંકડા પણ નીચે આપવામાં આવે છે.

એક વર્ષ અને તેથી નાની ઉંમરની વિધવાઓ..........૧૫૧૫
એક વર્ષથી બે વર્ષ સુધીની..........૧૭૮૫
બેથી ત્રણ વર્ષ..........૩૪૮૫
ત્રણથી ચાર વર્ષ..........૯૦૭૬
ચારથી પાંચ વર્ષ..........૧૫૦૧૯
પાંચથી દશ વર્ષ..........૧૦૫૪૮૨
દશથી પંદર વર્ષ..........૧૮૫૩૩૯

બાળકોના જન્મ વખતે આખા હિંદમાં દર કલાકે ૨૦ માતાઓના મરણ થાય છે. હિંદમાં માતાઓનું મૃત્યુ પ્રમાણ દર હજારે ૨૪.૫ જેટલું છે. અને બાળકોનુ મૃત્યુ પ્રમાણુ દર હજાર બાળકોનાં ૧૮૧ જેટલુ આવે છે.

બાળલગ્ન અને અકાળે માતા થવાને લીધે આ કરુણ પરિણામો આવે છે અને હજુ વધારે ભયકર આવશે. આના પ્રતિકાર કરવા સમાજના આગેવાનોએ સખત પ્રયત્નો કરવા ઘટે

૬

ઋતુ પરિચર્યા કે ઋતુસ્નાન

જનનયન્ત્રાદિ પૂર્ણ બને અને સ્વાભાવિક માનસિક વૃત્તિઓ બરાબર વિકસે તે સાથે જ સામાન્ય રીતે બાલિકા રજોદર્શનમા આવે છે. સાધારણ રીતે ૧૩ થી ૧૬ વર્ષની ઉમર દરમ્યાન પ્રત્યેક મહીનામા એક વાર રક્તસ્રાવ થાય છે દરેક માસે ૩ થી ૪ દિવસ આ પ્રમાણે રક્તસ્રાવ ચાલુ રહે છે આ સ્રાવનું લોહી મોટે ભાગે ગર્ભાશયમાથી નીકળે છે આ ક્રિયા ૪૦ થી ૫૦ વર્ષની ઉમર થાય ત્યા સુધી ચાલુ રહે છે કેવળ ગર્ભાશયમાં ગર્ભ રહે ત્યારથી તે તેનો છુટકો થાય ત્યા સુધીનો સમય આ સ્રાવ બધ રહે છે આ માસિક સ્રાવનું નામ ઋતુસ્નાન અગર મેન્સ [mense] કિંવા કોર્સ [Course] છે આ માસિકસ્રાવ ૩ થી ૫ દિવસ સુધી સતત ચાલુ રહે છે. એથી ઓછા દિવસ ચાલુ રહે અગર વધારે દિવસ ચાલુ રહે તો તે અસ્વાભાવિક સ્થિતિ ગણાય માસિક રક્તસ્રાવનો રંગ સ્વાભાવિક રીતે કુદરતી લોહી કરતા કંઈક મેલો હોય છે એ લોહીમાં દુર્ગંધ હોતી નથી તેમ તેમાં કુદરતી લોહી જેટલું દબાણ હોતું નથી. આ સ્રાવનું પ્રમાણ દરેકને માટે સરખુ હોતું નથી તો પણ ૨૪ કલાક દરમ્યાન ૩ થી ૪ વાર કરતાં વધારે અગર બે વાર કરતાં ઓછી વાર કપ્ડ અગર ચડ્ડી બદલાવવી પડે તો સ્રાવનું પ્રમાણ અસ્વાભાવિક માનવુ આ સમય દરમિયાન પેડુમાં ખાસ કોઈ પ્રકારની પીડા જણાતી નથી તો પણ કોઈવિઞા પેડુ અને કમર ભારે ભારે લાગે છે ખરાં. આનું કારણ એટલું જ કે જનનયન્ત્રાદિમાં આ સ્થિતિમાં લોહીનો વધારો થયેલો હોય છે અને તેને લીધે જ આવો ભાર અનુભવાય છે.

સ્ત્રીવર્ગના મોટા ભાગને ૨૮ થી ૩૦ દિવસને અંતરે માસિક સ્રાવ શરૂ થાય છે. પરંતુ કોઈ કોઈ વેળા ૨૯ કે ૩૫ દિવસે પણ આ ક્રિયા થતી જણાય છે. આ સિવાય વધુ મુદત ખેંચાય અગર ઓછી મુદતે સ્રાવ થાય તો તે સ્થિતિને અસ્વાભાવિક ગણવી ઋતુસ્રાવને એક માસ વીતી જાય ત્યારપછી ગર્ભાધાન થયુ છે કે નહિ તે બારીકીથી તપાસવું જોઈએ.

ઋતુકાળ વખતે સામાન્ય રીતે સ્ત્રીવર્ગની માનસિક અવસ્થા ચંચળ બની જાય છે. ઋતુવતી સ્ત્રી સામાન્ય કારણોથી કંટાળે છે. તેના મનમાં પ્રફુલ્લતા રહેતી નથી. આ સમય દરમ્યાન સંગ કરવાની લાલસા વધી પડે છે આ માટે હિંદુ ધર્મે ઋતુવતી સ્ત્રીના ચિત્તનું ચાંચલ્ય મટાડવાં માટે તેના સ્વામીને ઋતુસ્નાન પછી સારો દિવસ જોઈ સ્ત્રીસંગ કરવાનું ફરમાન આપે છે. અને આવા સ્ત્રીસંગ વખતે મોટે ભાગે ગર્ભસંચાર થવાનો સંભવ રહે છે.

આ પ્રમાણે ઋતુકાળ એ સ્રીવર્ગ માટે સાવચેતીનો સમય બને છે. સ્ત્રીવર્ગમાં જે કંઈ રોગ ફેલાય છે, તેની ઉત્પત્તિ મોટે ભાગે આ સમય દરમિયાન રાખવી જોઈતી સાવચેતીને અભાવે પેદા થાય છે ઋતુકાળમાં અમુક નિયમો કેવળ આરોગ્ય ખાતર પણ અવશ્ય પાળવા જોઈએ.

ગર્ભાવસ્થામાં સ્વાભાવિક રીતે જ ઋતુ બંધ રહે છે. પરંતુ કોઈ કોઈને પહેલા ત્રણ માસ દરમ્યાન ઋતુ દેખાય છે, અને આ સ્થિતિમાં સ્વામી સહવાસને યોગે જોડકાં બાળકોની ઉત્પત્તિ થવાનો સંભવ પેદા થાય છે. ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન અને બાળક જ્યાં સુધી ધાવે તે સમય દરમ્યાન સિવાય અન્ય સમયે ઋતુ બંધ રહે તો તે અસ્વાભાવિક સ્થિતિ ગણાય અગાઉ કહ્યું છે તેમ આપણા દેશમાં લગભગ બધી સ્ત્રીઓનું ઋતુસ્નાન ૩૫ થી ૫૦ વર્ષ દરમ્યાન બંધ થાય છે. જો આવી રીતે ઋતુ બંધ થયા પછી ફરીથી ઋતુસ્રાવ દેખા દે તો જેમ

બને તેમ જલદી કોઈ સારા દાક્તરની મદદ લેવા ચૂકવું નહિ. કારણ કે કેટલાક રોગોનું આવા પ્રકારનો રક્તસ્રાવ પૂર્વલક્ષણ હોય છે. અને એવા રોગોને જલદી ન અટકાવવાથી મોટા અનિષ્ટો પેદા થાય છે.

ઋતુ સમયે કેટલાક ખાસ નિયમો પાળવાના હોય છે તે નિયમો નીચે દર્શાવવામાં આવ્યા છે—

[૧] ઋતુવતીએ લંગોટ કે ચડ્ડી વાપરવી.—દરેક માતાએ પોતાની પુત્રીને લંગોટ વાપરવાની કેળવણી આપવી જોઈએ કારણ કે ઘણી છોકરીઓ આ બાબતમા અજ્ઞાન હોવાથી અને તેમને આ બાબતની નિયમિત કેળવણી મળી ન હોવાથી અપાર દુખ વેઠે છે, અને ભવિષ્યમાં અનેક રોગનો ભોગ થઈ પડે છે.

લગોટથી પ્રસવદ્વાર બહાર દબાઈ રહે તેમ કરવુ કપડું પ્રસવદ્વારની અદર ઘુસાડવાનો પ્રયત્ન ન કરવો લંગોટનું લુગડુ તદન સ્વચ્છ હોવું જોઈએ લગોટને બદલે લંગોટી પણ ચાલી શકે લંગોટી પહેરવા માટે કેડે બીજું વસ્ત્ર બાંધવું પડે છે લંગોટ કે લગોટી હમેશા સાબુ વડે સાફ કરી તડકામા સૂકવી રાખવાં મેલું વસ્ત્ર આ બાબતમાં કદી વાપરવુ નહિ લગોટ લોહીથી ભીંજાઈ જાય કે તરત તેને બદલાવી નાખવો અને બીજો તડકામાં સુકવેલો લગોટ પહેરવા આપવો ઓછામાં ઓછાં બે વસ્ત્રો આ બાબતમાં ઉપયોગી નીવડે. આ પ્રમાણે કરવાથી કોઈપણ પ્રકારની અગવડ નડશે નહિ અને બીજાં કપડાં અગર પથારી પણ બગડશે નહિ

[૨] ઋતુવતીએ શા માટે ન નહાવુ ?—ઋતુ બધ ન થાય ત્યાં સુધી ઋતુસ્નાન કરવાની મનાઈ છે કારણ કે એ સમયે ગર્ભાશય અને તેની આજુબાજુના અંગામાં લોહીની વૃદ્ધિ થાય છે અને ત્યાં એકાએક ટાઢ લાગવાથી ચામડીની અદર આવેલી ઝીણી ઝીણી લોહીની શિરાઓ સંકોચાય અને તેમાંનું લોહી શરીરની અંદર આવેલાં યંત્રોમાં જવાથી ત્યાં લોહીનું પ્રમાણ વધી તેમાં એક જાતનો દાહ

પેદા થાય છે. આવી રીતે એકાએક ઠંડી લાગવાથી ગર્ભાશય અને તેની સાથે જોડાયેલાં બીજાં અંગો પાકી પણ જાય છે. માટે આવી સ્થિતિમાં ઠંડી ન લાગે અને સ્વચ્છ રહેવાય એવી સાવચેતી રાખવી. પેસાબ કર્યા બાદ ગરમ પાણી વડે પેસાબદ્વાર બરાબર સાફ કરવાની જરૂર છે. ઋતુકાળમાં ભીના કપડે રહેવાથી લોહી બંધ થઈ પેડુમાં અત્યંત વેદના પેદા થાય છે. આવા આવા અસાચારોથી જ અસાવધાન છોકરીઓ પેડુનો દુખાવો, દશ્ટાર્ઇ કષ્ટાર્ઇને ઋતુનું આગમન, ધોળો સાવ વગેરે રોગથી જન્મભર પીડાય છે.

[૩] **ઠંડી જમીન પર સૂવું નહિ:**—ઋતુ બંધ ન થાય ત્યાં સુધી કદી ઠંડી જમીન પર બેસવું નહિ. આપણા દેશમાં હજુ પણ ઋતુવતી સ્ત્રી ઠંડી જમીન પર એકાદ ચટાઈ પાથરી સૂતી જોવામાં આવે છે. સાસુઓ આ બાબતમાં તદ્દન અજ્ઞાન હોવાથી આવા અન્યાયી આચરણથી તેઓ પુત્રવધુઓનો આ લોક બગાડે છે. તેઓ જાણતી નથી કે આ સ્થિતિમાં સૂવાથી કેટલું અનિષ્ટ થાય છે. અને પોતાના સંસારનું ખર્ચ કેટલું વધી જાય છે. ખાસ કરીને ઠંડી ન લાગવા દેવી એ ઋતુવતી સ્ત્રીને માટે સૌથી વધારે સાવધાની ભર્યું છે. જો કદાચ શરદી લાગી જાય અગર તો પહેરેલાં કપડાં ભીનાં થાય તો તરતજ એ કપડાં કાઢી ગરમ કપડાં વડે હાથ, પગ તથા શરીરના બીજા ભાગો ઢાંકી રાખવા ઘટે ત્યારબાદ એક પ્યાલો ગરમ ચા દવા તરીકે પીવા આપવો. ત્યારબાદ બિછાનામાં સુવાડી પેટ પર ગરમ પાણીનો શેક કરવો. જો અગાઉ કહ્યા તે કારણથી એકાએક સ્રાવ બંધ થઈ જાય, તો એકાદ ઘડા ઉના પાણીમાં દશ શેરે સવા રૂપીઆ ભાર એ પ્રમાણમાં રાઇનો ભુકો નાખી તેમાં પગ ડુબાડી રાખવા અને ઉના પાણીના વાસણ સહિત સમગ્ર શરીર એકાદ કામળા વડે એવી રીતે ઢાંકી દેવું કે જેથી શરીરને પુષ્કળ ધામ થાય. આ પ્રમાણે ૨૦ થી ૨૫ મિનિટ નાહ લીધા બાદ પરસેવો લુછી શરીર પર કપડાં પહેરી લેવાં.

[૪] સ્વામી સાથે સૂવું નહિ:—જ્યાંસુધી સ્રાવ ચાલુ રહે ત્યાં સુધી રજસ્વલા સ્ત્રીએ સાસુ અગર બીજી કોઈ બાઈ પાસે સૂવું. આવી સ્થિતિમાં કદી પણ સ્વામી સાથે એક ઓરડામાં સૂવું નહિ. વર્તમાન સમયમાં આ નિયમ પળાતો લગભગ બંધ થયો છે અને તે કારણે ઘેર ઘેર સ્ત્રીવર્ગનું આરોગ્ય હણાતું જાય છે. અકાળે બાલા માતા થાય એ વસ્તુ જ ભયંકર છે માટે માતાએ આ બાબતમાં ખાસ સાવચેતી રાખવી યુવક પતિને ગાંડા જેવો ગણી તેની આગળ કદી પણ ઋતુવતી સ્ત્રીને સુવા જવા દેવી નહિ. આવી અવસ્થામાં સ્વામી સંગ તો તદ્દન નિષેધ કરવા લાયક છે.

[૫] ઋતુવતીને કોઈપણ જાતની મહેનત કરવા દેવી નહિ:—અને આ ખાતર જ આપણા ધર્મશાસ્ત્રમાં રજસ્વલાને અસ્પર્શ્ય ગણવામાં આવે છે. દરેક બાબતમાં એ અસ્પર્શ્ય છે એમ ગણી વર્તવુ. રાંધવું, પીરસવુ, પાણી ભરવુ અગર ભારે ચીજ ઉપાડવી વગેરે કાર્યો તો તેણે કદી ન જ કરવાં ઋતુવતી સ્ત્રીએ શાળા, કોલેજ અગર ધંધારોજગાર પર કદી હાજર થવું નહિ. આ નિયમ પાળવામાં નથી આવતો તો સ્રાવ ઉચિત સમયે બંધ ન થતાં અનેક દિવસ સુધી લબાય છે.

[૬] મુસાફરી કરવી નહિ—ઋતુમતી સ્ત્રીએ મુસાફરી કરવી નહિ. આગગાડી માર્ગે કે ઘોડાગાડીમાં બેસી ક્યાંય ફરવા જવું નહિ. આવી રીતે વર્તવાથી ગર્ભાશય સ્થાન ભ્રષ્ટ થઈ જાય છે અને એ સિવાયની બીજી ઘણી પીડાઓ પેદા થાય છે.

[૭] આહાર વિહારમાં નિયમ જાળવવા:—ખોરાક નિયમિત લેવો. રજોદર્શનના સમય દરમ્યાન બદ્ધકોષ્ઠ થાય તેવો કંઇ પણ ખોરાક ખાવો નહિ ઝાડો ખુલાસે થાય તેવા ઉપાયો લેવા

[૮] પહેલીવાર ઋતુમાં આવતી કિશોરીના ભયનું નિવારણ કરવું—બાલિકા પહેલવહેલી ઋતુમાં આવે ત્યારે તેની માતાએ તેને આ નવા ફેરફારની બાતમી આપવા ખાતર આ બધી ક્રિયાની તેને

વિગતવાર માહીતી આપવી. રજસ્વલા થવા સાથે પોતાની પુત્રી હવે કયા કયા કાર્યો માટે લાયક બનવાની તૈયારી કરે છે તેની સ્પષ્ટ માહીતી માતાએ પુત્રીને આપવી જોઇએ અને હવેથી નિયમિત જીવન ગાળી સચ્ચરિત્ર અને આરોગ્ય જાળવી માતાના ધર્મને લાયક બનવાનો તેને ઉપદેશ કરવો. આ સમય દરમ્યાન પુત્રી એકાએક મોટી થવા માંડે, તેનો અવાજ ફેરવાઈ જાય, કે તરતજ માતાએ તેને ઘર બહાર ક્યાંય જવા દેવી નહિ. વાંચવાનું કામ કરવા દેવું નહિ અને ખાસ કરી તેને બહુ વિચાર કરવા પડે તેવું કામ સોંપવું નહિ. આ સમય દરમ્યાન બાલિકાના શરીરનાં ચિહ્નો ક્રમેક્રમે વિકાસ પામે છે. જો કોઈ કારણથી આ સ્ત્રી ચિહ્નોના વિકાસમાં અંતરાય નડે તો બાલિકા માતાનું સ્વરૂપ ધારણ કરવામાં વિલબ કરે છે. એ માટે આ સમય દરમ્યાન માતાએ પુત્રીને પોતાની પાસે જ રાખવી અને શારીરિક ધર્મના રક્ષણ માટેના નિયમોની કેળવણી આપવી તે સાથે મન પ્રફુલ્લ રાખવા માટે ઉત્સાહપૂર્ણ વાર્તાઓ કહેવી. રજસ્વલા બનવુ એ રોગ્રો નથી પણ કુદરતી બનાવ છે એમ ગણી માતાએ તેની સાથે સલુકાઈથી વર્ત્તવુ માતૃત્વનો પાયો આ સમયથી જ નંખાતો હોવાથી આ સમયની વર્તણુક કન્યાના જીવનમાં એક અમૂલ્ય વસ્તુ ગણાવી જોઇએ.

૭

ઋતુકાળ દરમ્યાન અસ્વાભાવિક લક્ષણો

૧. ઋતુનો સમય આવે એટલે ઘણી સ્ત્રીઓના પેડુમાં અને કમરમાં અમલ પીડા થવા માંડે છે, અને સ્રાવ થયા બાદ તે પીડા ઓછી થઈ જાય છે.

૨. સ્રાવ બહુ થોડો થાય છે.

૩. જોઈએ તે કરતાં વધારે રક્તસ્રાવ થાય છે અગર જોઈએ તે કરતાં વધારે દિવસો ચાલુ રહે છે.

૪. ઋતુકાળ વખતે તાવ આવે છે, સ્રાવના કુદરતી રંગમાં ફેરફાર માલમ પડે છે અને તેમાંથી દુર્ગંધ છૂટે છે.

૫. અકુદરતી રક્તસ્રાવ થાય છે.

૬. તે સમય દરમ્યાન માથું ચઢે છે.

આ સ્વાભાવિક લક્ષણોમાંનાં કોઈપણ એકાદ ચિહ્ન તો હરકોઈ સ્ત્રીને માલુમ પડે છે જ. આવાં ચિહ્નોનાં કારણો નીચે પ્રમાણે છે.

૧. ઋતુકાળ દરમ્યાન નિયમો પાળવામાં કદાચ ખામી રહી ગઈ હોય.

૨. એકાએક શરદી લાગી પેડુનાં અંગોમાંના ગર્ભાશય, ડિંબકોષ અને ડિંબવાહિ નળીમાં બળતરાં પેદા થઈ હોય.

૩. ગર્ભાશય પોતાની જગાએથી ખસી ગયું હોય. એટલે સામે, પાછળ ખસ્યું હોય અગર તેનું મુખ વૃદ્ધિ પામી આગળ કે પાછળ ઝૂકી પડ્યું હોય.

૪. ગર્ભાશય અને ડિંબકોષની ગાંઠ અથવા ટયુમર [Tumour].

૫. ગર્ભાશયનો માંસાર્બુદ [Cancer].

૬. નાના પ્રકારના મૂત્રરોગ, ગરમી વગેરેના કારણથી જનનેન્દ્રિયમાં ક્ષત પડ્યાં હોય.

આ છ લક્ષણો અને તેનાં કારણો જણાવ્યા બાદ તે સંબંધી તાત્કાલિક ક્યા પગલાં લેવાં તે નીચે જણાવવામાં આવે છે.

ઉપલાં ચિહ્નોમાંના કોઈપણ ચિહ્ન માલુમ પડે કે તરત સારા વૈદ દાક્તરની સલાહ લેવી. જો તેમ કરવામાં નહિ આવે તો ક્રમેક્રમે રોગ શરીરમાં ઘર કરી બેસશે, અને અસાધ્ય રૂપ ધારણ કરનો જશે.

જો સારા વૈદ દાક્તરની સગવડ હોય તો નીચેના નિયમો મુજબ વ્યવસ્થા કરવી.

[૧] પેડુ અને કમરમાં પીડા થતી હોય:—

(ક) આવી સ્થિતિમાં રજસ્વલાએ કોઈપણ જાતનું કામકાજ કરવું નહિ અને પથારીમાં સૂઈ રહી સંપૂર્ણ આરામ લેવો. આ પ્રકારનો આરામ એક પ્રકારની અગત્યની સારવાર છે એમ માની લેવું. જો આ સ્થિતિમાં ઉઠબેસ અગર કામકાજ કરવા દેવામાં આવે તો તેનું પરિણામ આખી જિન્દગી ભોગવવું પડે છે. રોગ અસાધ્ય બની જાય છે. આવી સ્થિતિમાં જો તાવ આવતો હોય તો મલ-મૂત્રાદિ ક્રિયા પણ પથારીમાં પડ્યાં પડ્યાં કરવી. ઉઠબેસ કરવાનું તદ્દન બંધ કરવું. જો કે સાધારણ સ્થિતિના માણસો માટે આ કાર્ય કષ્ટસાધ્ય છે છતાં એમ કર્યા સિવાય છૂટકો નથી એમ માની આ બાબત અમલમાં ઉતારવી.

(ખ) પથારી પર સંપૂર્ણ આરામ આપવાની વ્યવસ્થા કર્યા બાદ એક બોટલમાં ગરમ પાણી ભરી તે વડે પેડુ પર શેક કરવો. રબરની બેગ ઊનું પાણી ભરી પેડુ પર રાખવામાં આવે તો તેથી પીડામાં ઘણોજ ઘટાડો થશે. કંઈ પણ સાધન ન હોય તો પછી એક લોટામાં પાણી ભરી તે લોટા પેડુ પર રાખવાથી પણ કામ ચાલે છે. મતલબ કે આ સ્થિતિમાં પેડુ પર સતત શેક કરવો એ અગત્યની વસ્તુ છે.

(ગ) ઉપલા ઉપાયથી જો પીડા ઓછી ન થાય તો પછી લાયક વૈદ દાક્તરની સલાહ લેવી. જો તેવી કોઈપણ જાતની સગવડ ન હોય તો કામચલાઉ ગોઠવણ તરીકે ૫ ગ્રેનની રાસપાઇરિન ટેબ્લેટ ખવરા-વવી. એ દવા ચોકખી હોવી જોઈએ. અને તે ખાતર કોઈ વિશ્વાસુ દવાવાળાની પ્રખ્યાત દુકાનેથી જ ખરીદવી. આ સિવાય બનતી ત્વરાએ દાક્તરની સલાહ લઈ તેના કહેવા મુજબ દવા આપવી.

(ઘ) ઘણી વેળા ઝાડો નિયમિત સાફ થતો ન હોય તો પણ

આવી જાતની પીડા થાય છે આ માટે એક ઔંસ એરંડિયું તેલ ગરમ પાણી સાથે સવારમા પી જવુ આથી જુલાબ થશે આથી કોઠો સાફ ન થાય તો ડુશની મદદથી મળદ્વાર સાફ કરવુ ઉચિત છે. ઋતુસ્રાવનો સમય આવે કે તરત કોઠો સાફ કરવાની વ્યવસ્થા થાય તો કોઈપણ પ્રકારની પીડા થતી નથી રાત્રે સૂતી વેળા ચા પીવાનો ચમચો ભરી જેઠીમધનો ભુકો અથવા પાલ્વ ગ્લિસરિન કોમ્પાઉન્ડ ગરમ દૂધ સાથે મેળવી પીવરાવવાથી કોઠો સારી રીતે સાફ થાય છે

[૨] જો અત્યંત ઓછો સ્રાવ થતો હોય —

અકસ્માત શરદી લાગવાથી રક્તસ્રાવ નિયમિત આવતો નથી, અને એથી પણ પેડુમા પીડા થતી લાગે છે આ રોગમા શરૂઆતથી જ સાવચેતી રાખવામા ન આવે તો ગર્ભાશયનો હઠીલો રોગ લાગુ પડે છે અને રોગી આખુ જીવતર કષ્ટ ભોગવે છે આ રોગની શરૂઆત થતી જણાય કે તરત નીચેના નિયમો જાળવવા કાળજી રાખવી.

(ક) પેડુ પર ઘઉંના ભુસાની પોટિસ મૂકવી દર બે કલાકના અંતરે એ પોટિસ બદલાવવી

(ખ) બોટલમા ગરમ પાણી રેડી પેડુ પર શેક કરવાથી પણ ફાયદો થાય છે

(ગ) એક મોટા ટબમા અગર પીપમાં ગરમ પાણી રેડી તેમા કેડ સુધીનો ભાગ ડુબે એ રીતે બેસી રહેવાથી અગર ગરમ પાણીની પિચકારી લેવાથી પણ સ્રાવ ખુલાસે થાય છે

આ પ્રમાણે વર્તવા છતાં જ્યારે ઉચિત પરિણામ ન આવે ત્યારે કોઈ સારા વૈદ્ય દાક્તરની સલાહ લેવી.

[૩] વધારે પ્રમાણમાં રક્તસ્રાવ થતો હોયઃ—

ઋતુકાળ વખતે રક્તસ્રાવ વધારે પ્રમાણમાં થતો હોય તો વધારે

નુકશાન થવાનો સંભવ છે, માટે આવી સ્થિતિમાં ખાસ સાવચેતી રાખવી.

(ક) આવી હાલતમાં પથારીમાંથી જરા પણ ઉઠવું જ નહિ. મલમૂત્રાદિ ક્રિયા પણ પથારીમાં જ કરાવવાની વ્યવસ્થા કરવી.

(ખ) ચા પીવાના ચમચા જેવડા બે ચમચા ભરી ચુનાનું નીતર્યું પાણી અથવા પાંચ ગ્રેનની કેલ્શિયમ લેક્ટેટ ટેબ્લેટ બબ્બેના ડોઝમાં દિવસમાં ત્રણ વાર ખવરાવવી.

(ગ) જો આટલા ઉપાય કર્યા છતાં કંઈ આરામ ન થાય તો દાયણને બોલાવી બોરિક કોટન અથવા ગૉઝ ઉકળતા પાણીમાં ભીંજવી, સારી રીતે નીચોવી, એ બધું પ્રસવમાર્ગમાં દાબી દેવું. ૨૪ કલાક પછી એ કોટન અથવા ગૉઝ બદલાવવું અને જો હજુ રક્તસ્રાવ બંધ થયો ન હોય તો ફરીથી ઉપર પ્રમાણે કોટન કે ગૉઝ મૂકવું. આમ કર્યા છતાં કોઈ પણ પ્રકારનો આરામ ન જણાય તો સારા દાક્તરની સલાહ લેવી.

જો રક્તસ્રાવ લાંબા સમય સુધી ચાલુ રહે તોપણ ઉપલા ઉપાય કામે લગાડવા.

[૪] ઋતુકાળ દરમ્યાન તાવ રહે અગર સ્રાવ દુર્ગંધયુક્ત હોય:—

આવી સ્થિતિમાં જેમ બને તેમ જલદી સારા દાક્તરની સલાહ લેવી અને દાયણ દ્વારા ૪ શેર ગરમ પાણીમાં ૪ ડ્રામ ટિંચર આયોડિન અગર લાઇસોલનું મિશ્રણ કરી દિવસમાં એક વાર પ્રસવ માર્ગ પીચકારી દ્વારા ધોવો.

[૫] અસ્વાભાવિક સ્રાવઃ—

ઋતુકાળ સિવાય બીજે વખતે રક્તસ્રાવ થાય તો તેને અકુદરતી સ્રાવ અગર રક્તપ્રદ કહે છે. આવો સ્રાવ થતો હોય તો તે કદી છુપો રાખવો નહિ. જેમ બને તેમ જલદી આ રોગની દવા કરાવવી.

કારણ કે વિનમ કરવાથી આવા રોગ બહુ દુઃખદાયી થઈ પડે છે. ગર્ભાશયને માંસાર્બુદ (Cancer) નામનો એક ખૂરો રોગ લાગુ પડે છે અને તેથી આવી રીતે અકુદરતી સ્રાવ થયા કરે છે. પહેલાં તો મળમૂત્ર કરતી વેળા અને સંગમ વખતે થોડો થોડો રક્તસ્રાવ થતો દેખાય છે. આ રોગમા થોડા થોડા રક્તસ્રાવ અથવા જલસ્રાવ સિવાય બીજી કોઈ પણ જાતની પીડા જણાતી નથી આથી સ્ત્રીવર્ગનો મોટો ભાગ તેની દરકાર રાખતો નથી અને તેથી જ છેવટે આ રોગ ભયાનક રૂપ પકડે છે કેન્સર આ પ્રમાણે ક્રમે ક્રમે વૃદ્ધિ પામી જ્યારે દાક્તરી વિદ્યાવડે અસાધ્ય ગણાય છે ત્યારે તેનાં પીડાદાયક લક્ષણો શરૂ થાય છે તે વખતે પેડુનો દુખાવો, કમરની ફાટ અને સાથળની પીડા થવા માંડે છે. તે વખતે રક્તસ્રાવ પણ ચાલુ રહે છે અને એ સ્રાવમાં દુર્ગંધ પણ પ્રગટ થાય છે એ દુર્ગંધનું સ્વરૂપ કોઈ વખતે એટલું ઉત્કટ હોય છે કે બીજા માણસોને માટે રોગીના ઓરડામાં રહેવુ પણ ભારે થઈ પડે છે આવા રોગીની નિયમિત સારવાર નથી થતી તો તેનું વારંવાર લોહી ઓછુ થતું જતું હોવાથી દહાડે દહાડે શરીર ક્ષીણ થતું જાય છે, અને આવી રીતે શરીરક્ષયનું છેવટ મૃત્યુમાં જ આવે છે માટે અકુદરતી રક્તસ્રાવ લાગુ પડે કે તરત કોઈ પણ પ્રકારની શરમ તજી તરત જ સારા દાક્તરને શરણે જવું એજ ઠીક ગણાય. જીવન બચાવવું હોય તો નકામી શરમ રાખવી ન પરવડે.

૮

જનન યંત્રાદિ અને તેની કાર્યપદ્ધતિ

ગર્ભધારણ કરવા માટે સ્ત્રીના શરીરમાં કેટલાક ખાસ અંગો હોય છે. એ અંગો સ્ત્રીશરીરના નીચલા ભાગમાં પેડુ અને કેડના હાડકાં વચ્ચે આવેલા બસ્તિપ્રદેશમાં આવેલાં છે. બાળા જેમ જેમ મોટી થતી જાય છે તેમ તેમ આ અંગો વૃદ્ધિ પામતાં જાય છે અને ૧૩–૧૪ વર્ષની ઉંમરે આ અંગો સંપૂર્ણ દશાને પ્રાપ્ત કરે છે આ અંગોના ક્રમવિકાસ સાથે બાળામા માનસિક પરિવર્તન પણ ઝડપથી થયા કરે છે. એ માટે દરેક માતાની ફરજ છે કે તેણે પોતાની પુત્રી જેમ જેમ વયમાં આવતી જાય તેમ તેમ તેને સાવચેતીપૂર્વક સંતાનોત્પત્તિ સબધમા નિયમિત ઉપદેશ આપવો ઘટે તે સાથે જનનકાર્ય કરતાં અંગોનું વર્ણન કરી તેનો ઉપયોગ સમજાવવો જોઈએ અને માતા થવામા કેટલી જવાબદારી ધારણ કરવાની હોય છે એ વાત સ્પષ્ટતાથી સમજાવવી ઘટે. માતા પોતાની આ ફરજ ચૂકશે તો તે આ બાબતમા પોતાની અજ્ઞાન છોકરી ખાતર પાછળથી અપાર દુ ખ ભોગવશે અને સમાજના અકલ્યાણમાં ભાગીદાર બનશે. સારી રીતે કેળવાએલી અને ચરિત્રવતી બાળાઓ જ પરિવારના અને સમાજના ભૂષણરૂપ છે

પ્રત્યેક બાળાને પેડુમા આવી રહેલ નીચેના અંગો સંબંધમાં સ્પષ્ટ ધારણા હોવી જોઈએ. જેવાં કે:—

૧. ગર્ભાશય (Uterus)
૨. મૂત્રાશય (Bladder)

૩. મળનળી (Rectum)

૪. પ્રસવમાર્ગ કે યોનિમાર્ગ (Vagina)

૫ યોનિદ્વાર (Vaginal tube)

૬. ડિમ્બવાહી નળી (Fallopian tube)

૭ ડિમ્બકોષ (Ovary)

૮ મળદ્વાર (Anus)

૯. મૂત્રદ્વાર (Uretura)

૧૦ બ્રૉડ લિગામેન્ટ (Broad ligament)

૧. ગર્ભધારણ કરનાર મુખ્ય અંગ ગર્ભાશય છે એ સ્ત્રીઓના પેટના નીચલા ભાગમા (Within bony pelvis) આવેલુ છે અને યોનિદ્વારથી પુખ્ત ઉમરે લગભગ ચારથી પાચ ઇંચની પ્રમત્રનળી પછી અગર યોનિમાર્ગ ઉપર આવેલુ છે ગર્ભના ચોથા માસથી પેડુમા ફૂલી નીચે તે ધીમે ધીમે વૃદ્ધિ પામતુ જાય છે

૨ ગર્ભાશયની બે બાજુએથી બે નળીઓ સહેજ વક્ર બની બહાર પડે છે તેને ડિમ્બવાહી નળીઓ અગર ફેલોપિયન ટયુબ કહે છે એ બે પાતળી નળીઓ ગર્ભાશયમાથી ડિમ્બકોષ પાસે જઈ ઝાલરની પેઠે ફેલાઈ પૂરી થાય છે ઝાલરના (Fimbriated extremity) જેવા મુખ તરફ આ નળીઓના મુખ ખુલ્લાં રહે છે. ડિમ્બકોષમાથી ડિમ્બ બહાર પડી ખુલ્લા મુખમાં પ્રવેશ કરે છે. અને ક્રમે ક્રમે ગર્ભાશયના અંદરના ભાગમા આવી પહોચે છે આ ડિમ્બ ગર્ભાશયમા પોતાને માટે નિયત કરેલા સ્થાનમા જઈ પહોચે તે દરમ્યાન જો પુરુષનું વીર્ય, તેમા આવી રહેલા શુક્રકીટ સાથે તેને આવી મળે તો સંતાનની ઉત્પત્તિ થાય છે આ ડિમ્બ અને શુક્રકીટના મિલનને ગર્ભાધાન કહે છે

૩. ગર્ભાશયની બંને બાજુએ અને ફેલોપિયન ટયુબ નીચે એક ઈંડાના આકારનું અંગ છે. એ અંગ ગર્ભાધાન સાથે એક માંસપેશી દ્વારા જોડાએલું છે. ઋતુસ્નાન વખતે આ ડિંબકોષમાં રક્ત વધી પડે છે અને તે સમયે, જો ઈંડાં પાકેલાં હોય તો તેનું શરીર ફાટી તે લોહી સાથે ડિંબકોષમાંથી બહાર નીકળે છે. આ ઈંડાં ક્રમે ક્રમે ફેલોપિયન ટયુબના મુખમાં જઈ પહોંચે છે. અસ્ત્રોપચાર દ્વારા જો આ ડિંબકોષ કાઢી નાખવામાં આવે તો પછી સ્ત્રીને સંતાન રહેવાનો સંભવ રહેતો નથી.

૪. ગર્ભાશયનો નીચલો ભાગ પાતળો હોય છે. આ ભાગને ગર્ભાશયની ગ્રીવા કહે છે. આ ગ્રીવા યોનિમાર્ગના ઉપલા ભાગમાં હોય છે. આ ગ્રીવામાં થઈ જે સાંકડો માર્ગ ગર્ભાશયમાં જઈ પહોંચે છે, એ માર્ગને યુટેરિન કેનલ કહે છે.

યુટેરિન કેનલનું જે મુખ યોનિમાર્ગમાં આવેલું છે તેને બહિર્મુખ અથવા એક્સટર્નલ ઓસ અને અંદરનાં મુખને અંતર્મુખ અગર ઈન્ટર્નલ ઓસ કહે છે.

વિવાહ પહેલાં આ ગ્રીવાપ્રદેશ સોય જેવો પાતળો હોય છે. પરંતુ ગર્ભ રહ્યા બાદ તે તેવો રહેતો નથી. તે વખતે તેના આગળ ને પાછળ બે દ્વાર અગર લિપ (Lip) સ્પષ્ટ જણાઈ આવે છે. સામેના દ્વારને એન્ટિરિયર લિપ કહે છે અને પાછળના દ્વારને પોસ્ટિરિયર લિપ કહેવામાં આવે છે.

ગર્ભાશય વગેરે જનન કાર્યનાં અંગો બસ્તિપ્રદેશમાં આવેલાં છે. આ ગર્ભાશય સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં હંમેશા બાજુએ સહેજ વાંકું વળેલું રહે છે. ગર્ભાવસ્થામાં અથવા ગર્ભાશયનો કંઈ રોગ લાગુ પડ્યો હોય તેવી સ્થિતિમાં એ વાંકાશ ધીમે ધીમે વધતી જાય છે અને એ વાંકાશનો ક્રમિક વધારો મૂત્રાશય પર દબાણ લાવે છે.

૯

ગર્ભની શરૂઆત

સ્ત્રીઓના પેટમાં સંતાન ધારણ કરવા માટે જે અંગ છે તેની બંને બાજુએ એકેક ડિમ્બકોષ આવેલો છે. ઋતુસ્રાવ ઓછો થઈ લોહી પોતાનો લાલ રંગ તજી લાલાશ પડતો રંગ ગ્રહણ કરે એટલે એ ડિમ્બકોષમાંથી પક્વ બનેલાં ઈંડાંઓ બહાર નીકળી ક્રમે ક્રમે એ ઈંડાંને વહન કરી લઈ જનારી નળીઓ વડે આકર્ષાઈ ગર્ભાશય તરફ આગળ વધે છે. એ નળીના માર્ગમાં અગર ગર્ભાશયમાં પહોંચતી વેળા જો પુરુષોના શુક્રકીટ સાથે એ ઈંડાંનું મિલન થાય તો ગર્ભાશયમાં સંતાનની ઉત્પત્તિ થાય છે. આ ક્રિયાને ગર્ભની શરૂઆત કહી શકાય ગર્ભસંચાર પછી આ સંયોગ પામેલું ઇંડુ ગર્ભાશયમાં આવી રહે છે અને ધીમે ધીમે મોટું થતું જાય છે. પહેલા ત્રણ માસ આ ઇંડુ અને ગર્ભાશયના પોલાણ બાકીના ભાગ વચ્ચે પુષ્કળ જગ્યા રહે છે અને ગર્ભાશયનું મુખ ખુલ્લું હોય છે આ કારણથી ગર્ભ રહ્યો હોય છતાં કોઈ કોઈ સ્ત્રીને ઋતુ દેખાય છે. આ ત્રણ માસ દરમ્યાન બીજીવાર ગર્ભ રહેવાનો સંપૂર્ણ સંભવ હોય છે અને એ દરમ્યાન રહેલા ગર્ભને યોગે જોડકુ અવતરે છે. સામાન્ય નિયમ તો એવો હોય છે કે ગર્ભ રહ્યા બાદ ઋતુ બંધ થઈ જાય છે અને ખરી રીતે જોઈએ તો એજ ગર્ભ રહ્યાની નિશાની ગણાય છે.

ત્રણ માસ પછી એ ઇંડુ ધીમે ધીમે મોટું થતું જઈ ગર્ભાશયની ખાલી જગ્યા પુરતું જાય છે અને તે સાથે ગર્ભાશયનું મુખ પણ બંધ થઈ જાય છે. આ ત્રણ માસ દરમ્યાન ફુલ પેદા થતું નથી પરંતુ એક પ્રકારનો લાલાશ પડતો જાડો પડદો આખા ઇંડાને ઘેરી વળે છે. આ પડદાને અંગ્રેજીમાં કોરિયમ કહે છે.

આ કોરિયમમાથી ફૂલ અથવા પ્લાસેન્ટા તૈયાર થાય છે આ ફૂલ વડે ગર્ભમાંના બાળકના ફેફ્સાંનું કાર્ય ચાલી શકે છે આ ફૂલમાં મા અને બાળકનું લોહી એવી રીતે વહે છે કે સતાનનું જે કંઈ દુષિત લોહી હોય તે માતાના લોહી સાથે ભળી ચાલ્યુ જાય છે અને માતાના લોહીમાથી સારો પદાર્થ કે જેની સતાનને પુષ્ટિ માટે જરૂર હોય છે તે બાળકના લોહીમા ભળે છે આમ હોવાથી માતાના લોહીમા કંઈ રોગ હોય તો તે પણ બાળકના લોહીમા આવી ભળે છે માતા બાળકના શરીરને કેટલી હદ સુધી જાળવી શકે તે આ વાત પરથી સ્પષ્ટ થશે સુસ્થ અને તંદુરસ્ત માતાનું બાળક પણ સુસ્થ અને તંદુરસ્ત થાય છે, તેનુ કારણ પણ આ પરથી સ્પષ્ટ સમજાશે

૧૦

ગર્ભનો ક્રમિક વિકાસ

૧ ઋતુ બધ થયા પછી એક માસની અદર ભ્રૂણ કેવળ માંસના લોચા રૂપ બની પારેવાના ઇડા જેવડુ જ માલમ પડે છે.

૨. બીજે માસે ભ્રૂણ મરઘીના ઇડા જેવડુ થતું જણાય છે. માથુ ખૂબ મોટુ દેખાય છે રગ કાળો થતો જાય છે અને હાથ પગ સહેજ ઊંચા થતા જણાય છે આ વખતે તે એક ઈંચ લાબુ હોય છે

૩ ત્રણ માસનું બાળક ૩ થી ૪ ઈંચ લાબુ હોય છે. માથુ શરીર કરતા મોટું હોય છે હાથપગની આગળીઓ સ્પષ્ટ થતી જાય છે. આખો ઝિંગા નામની માછલીની આખ માફક ઊંચી દેખાય છે આ વખતે હજુ લિગભેદ પારખી શકાતો નથી. પરંતુ લિંગનું સ્થાન

સહેજ ઊંચું થએલું લાગે છે. ત્રણ માસનું બાળક તેના આવરણ સાથે રાજહંસના ઈંડા જેવું મોટું દેખાય છે.

૪. ચાર માસ પૂરા કર્યા બાદ બાળકની જાતિ નક્કી કરી શકાય છે. તેના શરીરમાં થોડા થોડા વાળ પેદા થાય છે. પરંતુ નખ હજુ પેદા થયા હોતા નથી. ચામડી હજુ ખૂબ સ્વચ્છ અને ચકચકિત હોય છે અને ભ્રૂણની લંબાઈ ૭ ઈંચની માલૂમ પડે છે.

૫. પાંચ માસનું બાળક ૮ થી ૧૦ ઈંચ લાંબું થાય છે. હવે નખ પેદા થયા હોય છે. માથા પર વાળ ઉગે છે. આખા શરીર પર વાળ જણાય છે. હવે ભેજવવતી બાઈ ને પેટમાં બાળક ફરકતું જણાય છે. આ માસ દરમિયાન જો ગર્ભપાત થાય તો ગર્ભ ૫ થી ૬ મિનિટ સુધી હાથ પગ હલાવે છે અને પછી મરણ પામે છે.

૬. ૭ માસનું બાળક ૧૦ થી ૧૨ ઈંચ લાંબું હોય છે. ચામડી કરચોળીવાળી અને આંખો લગભગ સંપૂર્ણ બની હોય છે. તેની પાંપણો પણ ઉઘડતી જણાય છે. પરંતુ હજુ તેના પર ચામડી હોય છે. અંડકોષ હજુ પેટની અંદર રહે છે.

૭. સાત માસનું સંતાન ૧૪ ઇંચ લંબાઈનું હોય છે. તેની આંખો ઉઘડેલી જણાય છે અને અંડકોષ ધીમે ધીમે નીચે નમતા આવે છે. આ સમય દરમિયાન જો બાળકનો જન્મ થાય તો તેને બચાવી શકાય છે. આ માસ દરમિયાન જન્મેલા બાળકનું રૂદન દુર્બળ હોય છે. તે રોગી કણસતો હોય તેવું લાગે છે. આ વખતે બાળકને બચાવવું હોય તો ખાસ ઉપચાર કરવા પડે છે.

૮. આઠ માસનું બાળક ૧૬ ઈંચ લાંબું હોય છે.

૯. નવ માસનું બાળક ૧૮ ઈંચ લાંબું હોય છે અને તેના નખ વધેલા માલૂમ પડે છે.

૧૦. દશ માસનું બાળક ૨૦ ઇંચ લાંબું હોય છે અને તેનામાં સ્વાભાવિક લક્ષણો સંપૂર્ણ રૂપમાં જણાઈ આવે છે.

પહેલા ત્રણ માસ દરમિયાન ગર્ભમાંના સતાનનું ફૂલ સપૂર્ણ રૂપમા તૈયાર થયેલું હોતું નથી. અને તેથી આ સ્થિતિ દરમ્યાન સાધારણ રૂપનો ધક્કો અગર ધ્રૂજારી લાગવાથી પણ ગર્ભસ્રાવ થઈ જાય છે આવી સ્થિતિમા આવી રહેલાં ભ્રૂણને અંગ્રેજીમા એમ્બ્રિયો કહેવામા આવે છે ત્યારબાદ ત્રણ માસે એજ ભ્રૂણ ફિટસ નામક સંજ્ઞાથી ઓળખાય છે.

૧૧

ગર્ભનાં લક્ષણ

ગર્ભસચાર પછી ઈંડુ ગર્ભાશયની અદર આવી તેના ઉપલા ભાગમા ચોટી રહે છે અને ધીમે ધીમે મોટુ થાય છે આ સ્થિતિમાં કેટલાક ફેરફારો થયા કરે છે. આ ફેરફાર મુજબ કેટલાક લક્ષણો પ્રકટ થાય છે આ લક્ષણો તે ગર્ભના જ લક્ષણો છે પરંતુ આ નિશાનીઓ નીચે લખ્યા પ્રમાણે પ્રકટ થાય છે

(ક) ગર્ભના લક્ષણ કે જે લક્ષણો પ્રસૂતિ પોતેજ જાણી શકે. આવા લક્ષણોને 'સબ્જેક્ટિવ' લક્ષણો કહે છે

(ખ) ગર્ભના લક્ષણ કે જે લક્ષણો બીજા માણસો પણ જાણી શકે આ લક્ષણોને 'ઓબ્જેક્ટિવ' લક્ષણો કહે છે

(ગ) કેટલાક લક્ષણો એવા છે કે જે જોઈ ૫-૬ માસ દરમ્યાન લગભગ નિશ્ચિત રૂપમા કહી શકાય કે ગર્ભ રહ્યો હોય એવો પુરેપૂરો સભવ છે આ લક્ષણોને 'પુરેપૂરા સભવવાળાં' લક્ષણો કહી શકાય.

(ઘ) નિશ્ચિત ગર્ભનાં લક્ષણો જે જોઈ અગર અનુભવી છાતી

હોઈને કહી શકાય કે અવશ્ય ગર્ભ રહ્યો છે આ લક્ષણોને 'નિશ્ચિત ગર્ભના લક્ષણ' કહી શકાય.

(ક) સબ્જેક્ટિવ લક્ષણો —

ગર્ભના લક્ષણો કે જે સ્ત્રી પોતેજ જાણી શકે છે તેની સૂચિ —

૧ માસિક ઋતુ બંધ પડે છે —

પહેલીવાર તો એમએક ઋતુ બંધ પડે કે ગર્ભ રહ્યો છે એવો શક પેદા થાય છે પરંતુ કંઈ રોગ હોય તો પણ આ પ્રમાણે ઋતુ બંધ પડે છે એ વાત આને વખતે બરાબર યાદ રાખવી કોઈ કોઈ સ્ત્રીને તો બબ્બે, ત્રણ ત્રણ માસ સુધી ઋતુ બંધ રહે છે, માટે ઋતુ બંધ પડવી એ ગર્ભ રહ્યાનું એક પ્રધાન લક્ષણ ન મનાય પરંતુ માસિક ઋતુ નિયમિત આવતું હોય અને અચાનક તે બંધ પડી જાય તથા તે સાથે બીજા લક્ષણો પણ પ્રગટ થાય તો ઋતુ બંધ પડવું એ ગર્ભ રહ્યાનું એક લક્ષણ ગણાય લોહીનું ઓછાપણું, પેટુમા અચાનક ઠંડી લાગવી અને સ્તનપાન વખતે પણ ઋતુ બંધ રહે છે

ગર્ભસંચાર સિવાય બીજાં કારણોને યોગે પણ ઋતુ બંધ રહે છે અજીર્ણ આમાશય, મેલેરિયા, અગર બીજા કોઈ જાતના કૃમિરોગમા અને ક્ષય વગેરે ભયાનક રોગોમાં જ્યારે શરીરમાંનું લોહી કમી થઈ જાય છે ત્યારે પણ ઋતુ બંધ થઈ જાય છે વળી આવી ઋતુબંધ સ્થિતિમાં પણ ગર્ભ નથી રહેતો એમ ખાત્રીપૂર્વક કહી શકાય નહિ

જો ગર્ભ રહે કે તરત ઋતુસ્રાવ બંધ પડે, તો જેટલા માસ ઋતુબંધ રહે તેટલા માસ ગર્ભની ઉમર ગણાય જો કે કોઈ કોઈ વેળા ગર્ભ રહ્યા પછી પણ બે ત્રણ માસ થોડો થોડો સ્રાવ રહ્યા કરે છે પરંતુ તે વખતનું તેનું પ્રમાણ બહુ ઓછું હોય છે અને તે બહુ થોડો સમય દેખા દે છે આવી સ્થિતિ અતિ વિરલ અને અસ્વાભાવિક છે એમ માની કોઈ સારા દાક્તરની સલાહ લેવાની જરૂર છે આવી અવસ્થામાં ખાસ સાવચેત ન રહેવાથી ગર્ભ નાશ

પામવાનો પુરેપૂરો સભવ રહે છે. વળી આવી પરિસ્થિતિમાં સ્વામી-સહવાસ કરવાથી મોટી વિપત્તિ આવી ખડી થાય છે. ઘણી વેળા આવી પરિસ્થિતિમાં કરેલો સ્વામીસહવાસ જોડકાં સતાનની ઉત્પત્તિ કરે છે. માટે પતિપત્ની બનેએ આ બાબત તરફ ખાસ લક્ષ રાખી વિવેચનાપૂર્વક મભોગ કરવાની વ્યવસ્થા કરવી.

૨ માનસિક પરિવર્તન:—

ગર્ભ રહે કે તરત ગર્ભિણીનું માનસિક પરિવર્તન થવું શરૂ થાય છે. ઘણી યુવતીઓ બહુ સારી રીતે સમજી શકે છે કે "મને ગર્ભ રહ્યો છે" અને આ સમજ પછી તે બહુ જ ચિંતાતુર બની જાય છે કોઈ કોઈ શાત છોકરી આ સમયે ઉગ્ર અને ચિડિયલ સ્વભાવની બની જાય છે. ત્યારે બીજી કેટલીક છોકરીઓ આવે વખતે નાના પ્રકારના કાલ્પનિક વિચારોને હિલોળે ચઢી શાત પ્રકૃતિ ધારણ કરે છે. અને તે ખાતર યુવતીની માતા કે સાસુએ ખૂબ સાવધાન બની તેના મનનું સમાધાન કરવા તત્પર બનવુ જોઈએ એવી પણ કેટલીક યુવતીઓ હોય છે કે જેના મગજમા આવે સમયે એવી જ ધૂન ભરાઈ ચૂકી હોય છે કે "હું હવે બચવાની નથી!" આવી ધૂનમા કોઈ કોઈનાં મગજ ફરી જાય છે અને ગાડી બની જાય છે જો કે આવી હાલત બહુ થોડી સ્ત્રીઓની થાય છે પરતુ એ હાલત સુજ્ઞ માતા કે સુજ્ઞ સાસુ દ્વારા અટકાવી શકાય તેવી છે. ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન ગર્ભિણીને હમેશા સાવચેતીથી રાખવાની ખાસ જરૂર છે કોઈ પણ પ્રકારનો માનસિક શોક તેના મગજ પર અસર ન કરે તે તરફ હમેશા લક્ષ રાખવુ કારણકે આવી જાતના શોકને લીધે ઉત્પન્ન થતી દુર્બળતા તેના હૃદય પર ખૂબ અસર કરે છે આવો શોક તેના હૃદયને એટલુ દુર્બળ બનાવે છે કે એકાએક લોહી ફરતુ બંધ પડી ગર્ભિણીના મૃત્યુનો પણ પુરેપૂરો સભવ રહે છે

૩. પેડુ ભારે ભારે લાગવું:—

ગર્ભ રહ્યા બાદ બીજા માસથી જ પેડુમાં ભાર લાગે છે.

સમય ધરી ૫ થી ૬ મિનિટનો બની જાય છે છેવટે ૨થી ૩ મિનિટ સખત સ્થિતિમાં રહી ફરીથી ગર્ભાશય નરમ પડી જાય છે આ ક્રિયા પણ પેટમાં સંતાન ન હોય છતાં થાય છે ખરી, ઋતુસ્રાવના લોહીનું દબાણ થાય અને તે અંદર અટકી રહેલું હોય અગર ગર્ભાશયની અંદર કોઇપણ પ્રકારની ગાંઠ લાગુ પડી હોય તો આ જાતનો સંકોચ અનુભવાય છે પરંતુ આવો રોગ બહુ ઓછા પ્રમાણમાં થાય છે અને જો એવો રોગ લાગુ પડ્યો હોય છે તો તે સહેલાઇથી પકડી પડાય છે

૫ બાળકનું ફરકવુ

પાંચ છ માસ થયા હોય તેવી ગર્ભિણીના પેટ પર હાથ રાખીએ તો સંતાનના હાથપગ હલવાની ક્રિયા સમજી શકાય છે વખતે પેટ ઉપર કાન માંડી સાંભળીએ તો છોકરાનું ફરકવું સ્પષ્ટ સાંભળી શકીએ છીએ આ વખતે થતો શબ્દ પાણીમાં માછલી હાલેચાલે ને જેવો અવાજ થાય તેને મળતો થાય છે

૬ બાળકના હાથ પગ ઈત્યાદિ

છ થી સાત માસના બાળકના હાથપગ પેટ ઉપર હાથ ફેરવતાં ફેરવતાં અનુભવી શકાય છે. બાળકનું માથુ બહુ સખત પત્થર જેવું અને ગળાનો ખાડો પણ સારી રીતે જણાય છે નિતંબ જોઇએ તે કરતાં નરમ છતા માથાથી ઉલટી સ્થિતિમાં છે એવુ અનુમાન થઈ શકે છે પીઠની વાંકી સ્થિતિ પણ જો ગર્ભિણીના પેટની ચામડી વધારે જાડી ન હોય તો સ્પષ્ટ સમજી શકાય છે

પેટ દાબી બાળકનું માથું અને નિતંબ ક્યાં છે તે જાણવાની કેટલીક યુક્તિઓ છે તેમાંની જે ખાસ અગત્યની ગણાય છે તે નીચે આપવામાં આવે છે

પહેલી પદ્ધતિ કે ફેન્ડલ ગ્રિપ : પેટના ઉપલા ભાગમાં, સ્તનની નીચે બંને હાથ તેના અગ્ર સાથે રહે તેવી રીતે અને

ઉપસેલા પેટનો ઉપલો ભાગ બધો ઢંકાઇ જાય પણ બંને હાયની કાંડાં પેટની બાજુ પર રહે તેવી રીતે રાખવા. આ રીતે હાથ રાખી ક્રમે ક્રમે નિતંબ પીઠ, ઘૂંટણ, કાંડું, ગળું વગેરે ઓળખવાની ટેવ પાડવી. આ પરીક્ષા કરતી વેળા ગર્ભિણીના મોં તરફ મોં રાખી તેની જમણી બાજુએ બેસવું. પછી આંગળીનો અગ્રભાગ દાબી ગર્ભાશયની માંસપેશીની નીચે એ વિભાગો તપાસવા. બાળકના નિતંબ માથા કરતાં નાના અને નરમ હોય છે. માથું જેમ એક હાથે અડકવાથી બીજા હાથ વડે સમજાય છે તેમ નિતંબ ઓળખી શકાતા નથી. માથું ને ગળા વચ્ચે ખાડો સ્પષ્ટ જણાય છે. માથાથી માંડીને ધીમે ધીમે ધડ તરફ આવતા જઇએ તેમ તેમ આ વાત બરાબર સમજાય છે.

બીજી પદ્ધતિ:—જે રીતે પહેલી પદ્ધતિમાં સ્તન નીચેથી તપાસ કરવાની હોય છે તેમ બીજી પદ્ધતિમાં સ્ત્રીની યોની તરફ હાથ મૂકી તપાસ કરવાની હોય છે. ગર્ભિણીના પગ તરફ મુખ રાખી બેસવું અગર ઉભું રહેવું. બંને હાયની આંગળીઓ કમર અને સાથળના સંધિસ્થાન નીચે પેડુ અંદર બને તેટલી નીચે ઘુસાડવી. જો માથું પેડુમાં અટવાઇ રહ્યું હોય તો મસ્તક અટવાઇ રહ્યું (Head engaged) છે એમ સમજવું. આવી સ્થિતિમાં આંગળાં કોઇ એક સખત પદાર્થ પર અથડાશે અને ત્યાંથી વધારે નીચે જશે નહિ. આવી સ્થિતિ ન હોય તો આંગળાં સડસડાટ કરતાં સહેજે બસ્તિપ્રદેશના અંદરના ભાગ સુધી ચાલ્યાં જશે.

ત્રીજી પદ્ધતિ (પેલિક ગ્રિપ)—હાથનો અંગુઠો એક તરફ ને ચાર આંગળાં બીજી તરફ એમ લગભગ આખું પેટ આવરી રહે તેમ હાથ રાખી પેડુનો ભાગ તપાસવો સહેજ દાબતાં અંદર સખત પદાર્થ જણાશે. આ તપાસણી મધ્યભાગમાં થતી હોવાથી છોકરું આડું હોય તો તે તરત માલુમ પડી આવે છે. આ પરીક્ષામાં હાથમાં જે

સખત ચીજ આવે તે કાં તો બાળકનું માથું હશે અગર તો તેના નિતંબ હશે. આ રીતે બાળકનું માથું અને નિતંબ જુદા જુદા ઓળખી શકાય છે.

૭. યોનિમાર્ગનું પરિવર્તન:—

(ક) યોનિમાર્ગનો (vaginal canal) સ્વાભાવિક રંગ જેવો હોય તે બદલાઈ ગર્ભાવસ્થામાં પ્રથમ કંઈક નીલ અને પછી ઘાટો નીલ દેખાય છે.

(ખ) ૪ થી ૫ માસ દરમિયાન યોનિની અંદર આંગળી નાખવાથી શિરાઓના ધડકારા થતા સમજાય છે.

(ગ) ગર્ભની છેલ્લી સ્થિતિમાં અંદરથી પાણી આવે છે અને પહેલાં શ્વેતપ્રદર હોય તો તે વૃદ્ધિ પામે છે.

૮. ગર્ભાશયનું મુખ અને ગ્રીવાદેશ નરમ પડે છે:—

ગર્ભાશયનું મુખ સામાન્ય રીતે સખત અને અણીદાર હોય છે. પરંતુ બીજે માસ પુરો થયા બાદ આંગળી વડે તપાસતાં તેનો સામેનો અને પાછળનો ભાગ દાબતાં મખમલ જેવો નરમ લાગે છે. પ્રથમ ગર્ભાશયનું મુખ નરમ બને છે અને પછી ધીમે ધીમે તેનો ગ્રીવાદેશ નરમ થતો જાય છે. આ નિશાની જોઈ ગર્ભ રહ્યાને પાંચ માસનો સમય થયો છે તે નિશ્ચયરૂપે કહી શકાય છે. ગર્ભાવસ્થા છે કે નહિ એ આ નિશાની પરથી સંપૂર્ણ સાબીત કરી શકાય છે. આ નિશાનીને " હેગર " નિશાની કહેવામાં આવે છે. પાંચ માસ પુરા થવા આવે છતાં ગર્ભાશયનું મુખ અને ગ્રીવા સખત અને અણીદાર રહે તો નક્કી માનવું કે ગર્ભ રહ્યો નથી. આ સમયથી ગર્ભાશયનું મુખ ઢીલું પડવા માંડે છે. અને તેની અંદર એકાદ આંગળી પણ પેસારી શકાય છે. જે ગર્ભિણીને અગાઉ છોકરાં થઈ ચુક્યાં હોય તો તેના ગર્ભાશયનું મુખ પ્રથમ વારની ગર્ભિણીને મુકાબલે વધારે ખુલ્લું હોય છે, તે એટલે સુધી કે છેલ્લી અવસ્થામાં તેમાં

આંગળીનો પ્રવેશ કરાવવાથી આંગળીનો અગ્ર ભાગ સીધો બાળકની માથાને અટકે છે. આવી સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયનું મુખ જરા પહોળું હોય છે, ગોળ હોતું નથી.

૯. વલ્ટ્મો:—

અંદર આંગળી પેસારી ગર્ભાશયના ગ્રીવાદેશના ઉપલા ભાગને આંગળી વડે સહેજ દાબવાથી એકાદ પદાર્થ આંગળીના અગ્ર ભાગ પેર ટપક્યો હોય એવો ભાસ થાય છે. આવા ભાસને અંગ્રેજીમાં 'વલ્ટ્મો' કહેવામાં આવે છે. ૪ થી ૭ માસ દરમિયાન આવી નિશાની બરાબર જણાય છે.

આવી નિશાની તપાસવી હોય તો ગર્ભિણીને અર્ધીંગીને બેસાડવાની જરૂર છે. પછી જમણા હાથની તર્જની અને મધ્યમા આ બંને આંગળીઓ યોનિમાર્ગમાં સરકાવી ધીમે ધીમે તેને ગર્ભાશયના મુખ સુધી લઈ જવી. બીજે હાથે પેટ દાબી ગર્ભાશયને સ્થિર રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો. ત્યાર બાદ આંગળી વડે ઉપરની બાજુએ ધક્કો મારવો. આ ધક્કાથી બાળકનું માથું નીચેથી ઉપર જતું જણાય છે અને તરતજ વળી નીચે આવી આંગળીને અફળાતું જણાય છે. પરંતુ આ પરીક્ષામાં જો માથું નીચે ન હોય અને બાળકનું કૂલ નીચે આવી રહ્યું હોય તો આ લક્ષણ માલુમ પડતું નથી. વળી ગર્ભાશય વાંકું હોય અગર મૂત્રનળીમાં પથરી જામી હોય તોપણ આ નિશાની માલમ પડે છે એ ખાસ યાદ રાખવું. પરંતુ આ બધી બાબત સારી રીતે તપાસ કરવાથી તરત માલમ પડી આવે છે.

૧૦. બાળકની છાતીના ધડકારા:—

પ્રત્યેક સ્ત્રી પુરુષના શરીરમાં ડાબી બાજુએ સ્તનની ઉપર અગર સહેજ નીચે, કાન માંડી સાંભળતાં હૃદયના ધબકારા સ્પષ્ટ સાંભળી શકાય છે. બરાબર તેવો જ શબ્દ બાળકની છાતીમાંથી પણ આવતો સંભળાય છે. આ શબ્દ લગભગ ૫–૬ માસ પછી સંભળાય છે. ૭–૮ માસ થયા હોય એવી ગર્ભિણીની ડાબી બાજુએ

છે. તે વખતે મોટે ભાગે દૂધનું પ્રમાણ વધારવાની જરૂર છે. તો પણ આ સમય દરમિયાન અકરાંતિયાની પેઠે ખોરાક ખવરાવવાની જરૂર નથી. વળી રોજ એક જ પ્રકારનો ખોરાક ન ખવરાવતાં વખતોવખત ખોરાકની હેરફેર કરતા રહેવું. ગર્ભિણી પવન માટે તલસ્યા કરે છે. માટે તેને એવા ઓરડામાં રાખવી કે જ્યાં વાયુ છૂટથી હરીફરી શકતો હોય. આજુબાજુ ગંદકી ન હોય અને પવન દૂરથી દુર્ગંધી ખેંચી લાવતો ન હોય. વળી તેનું ખોરાક લેવાનું સ્થાન પણ એવું હોવું જોઈએ જ્યાં ધૂળ સાથે કોઇ પ્રકારના રોગનાં જંતુ ઉડી આવી ખોરાકને વળગી ન શકે. જો આવાં ખાસ સ્થાનની સગવડ ન હોય તો જમવાની જગો વાળીઝૂડી આજુબાજુ પાણી છાંટી સ્વચ્છ બનાવવા તરફ ખાસ લક્ષ રાખવું.

ગર્ભિણીએ કદી અજીર્ણું ખાવું નહિ. કારણ કે અજીર્ણાં સાથે કદી ન મટી શકે તેવો ધાતુરોગ (ગોનોરિયા) અગર ચાંદી (સિફિલિસ) વગેરે રોગનાં બીજ કે જંતુ અગર નાના પ્રકારના દાંતના રોગ એક વ્યક્તિના શરીરમાંથી બીજાના શરીરમાં ફેલાય છે. અને તે ગર્ભિણીને પુષ્કળ હેરાન કરે છે. જમ્યા પહેલાં નહાવું ઇષ્ટ છે. કારણ કે એ રીતે નહાવાથી અજીર્ણ થવાનો સંભવ રહેતો નથી. જમ્યા પછી તરત કોઈ પણ પ્રકારનું મહેનતનું કામ ન કરવું. પરંતુ તે સાથે જમ્યા બાદ તરત ઉંઘવું એ પણ ઠીક નથી. આમ કરવાથી પાચનક્રિયા મંદ પડે છે. જમ્યા બાદ કોઇ પણ પ્રકારની વાર્તા અથવા નવલકથા વાંચવી એ ઠીક છે. જમતી વેળા અગર જમ્યા બાદ ઊંડી ચિંતા કરવી અગર દુઃખ ભોગવવું એ પાચનક્રિયાની શક્તિ ઘટાડે છે અને અજીર્ણ પેદા કરે છે. દરરોજ નિયમિત મુકરર કરેલે વખતે સારી રીતે ચાવીને જમવું. આપણી જઠર અને આપણાં આંતરડાં નિયમિત ખોરાક લેવાથી સારી રીતે કામ કરી શકે છે. વળી ખોરાકને પચાવવા માટે એ અવયવોને અમુક સમય આપવો પડે છે. તે માટે એક વાર જમ્યા બાદ ઓછામાં ઓછા ૩–૪ કલાકની તેને વિશ્રાંતિ આપવી.

આવી સ્થિતિમા મુસાફરી યેાગ્ય ન ગણાય ઊંચી નીચી જગોએ ચડતી ઉતરતી વેળા ખાસ સાવચેતી રાખવી. કારણ કે સાવચેતી ન રાખી હેાય ને અચ્મ્માત પડી જવાય તેા ગર્ભસ્રાવ થવાનેા સભવ રહે છે

૪ કસરત —ગર્ભિણીએ અનારેાગ્ય સ્થિતિ સિવાય હમેશાં નિયમિત કસરત કરવી આ કસરત કઇ બહુ શ્રમ પડતી હેાતી નથી ખુલ્લી જગ્યામા પગપાળુ ફરવુ ઘરના આગણામાં કે અગાશીમા આમતેમ ફરવુ ઘરનું એાછી મહેનતનું કામ કરવુ વગેરે ગર્ભિણીને માટે બહુ જ હિતકર છે અને સુખેથી પ્રસવ થવામાં મદદગાર નીવડ-નારૂં છે પરતુ આવાં કામેામાં પણ કદી હદથી જાદે પરિશ્રમ કરવેા નહિ.

૫ સ્વચ્છતા—પવિત્ર આચારના પાલનથી મનમા પવિત્ર વિચારેા આવે છે માટે ગર્ભિણીએ સહન થઇ શકે તેવા શીતળ અગર નવશેકાં પાણીથી હમેશા નહાવુ નવશેમ પાણીથી કટિસ્નાન કરવાથી તેના શરીરનેા નીચલેા ભાગ પવિત્ર બને છે માટે આખે શરીરે નહાવાની ઇચ્છા ન હેાય તેા ઉવટ કટિસ્નાન પણ કરવુ

૬ વિશ્રામ —ગર્ભિણીએ પુરતા પ્રમાણમાં વિશ્રાંતિ લેવી. પહેલી વાર ગર્ભ રહ્યો હેાય તેવી સ્ત્રીને બીજે કે ત્રીજે માસે ઉલટી, મેાળ, મેામાંથી લાળ ઝરવી વગેરે દર્દો દરરેાજ સવારમાં વધારે પ્રમાણમાં થતા જણાય છે અને તેથી ગર્ભિણી એટલી બધી કાયર થઈ જાય છે કે તેને વધારે વિશ્રાંતિની જરૂર પડે છે બપેારે જમ્યા પછી બે કલાક વિશ્રાંતિ લેવી અને ગર્ભને પુરા દહાડા થવા આવે એટલે બપેારના અને સાંજના ભેાજન બાદ વિશ્રાંતિ લેવાનું કદી ચૂકવુ નહિ ગર્ભિણીએ રાતના બરાબર આઠ કલાક ઘસઘસાટ ઊંઘવું જો કે આ બાબત ઘણી વેળા સામાન્ય ટેવેા અને મહેનત ઉપર આધાર રાખે છે

૭ માનસિક હાલતઃ—ગર્ભાવસ્થામાં મનની શાંતિ જાળવવી એ ખાસ જરૂરની વાત છે. ગર્ભિણીને દુઃખ લાગે એવી કોઈપણ વાત તેને કહેવી નહિ. મૃદુ આમોદ પ્રમોદથી તેને ઉત્સાહમાં રાખવી. જે કાર્યો તેને ગમે તે કરી તેના મનની સ્થિતિ હમેશાં ઉન્નત રાખવી. મીઠાં વચનોથી તેનો ઉત્સાહ વધારવો. એટલું યાદ રાખવું કે ગર્ભિણીને અજીર્ણ થયું હોય, ઝાડો સાફ આવતો ન હોય, તો તેનામાં માનસિક વિકાર પેદા થાય છે. અને નિરાશા પેદા થઇ તેને વિપત્તિમાં આણી મૂકે છે. ગર્ભિણીને ઉશ્કેરાટ ફેલાવે, ભય પેદા કરે અગર જેના પર તેને પ્રીતિ ન હોય તેવું પુસ્તક વાંચવા આપવું નહિ. ધર્મ વિચાર અને ધર્મ પુસ્તક વાંચવાથી આ સ્થિતિમાં હમેશાં મન શાંત રહે છે. જો આવી આવી બાબતોનાં ધ્યાન આપવામાં ન આવે તો ગર્ભિણી ઉન્માદ બની જાય એવા સંભવ રહે છે.

૮ સૂતિકાગૃહઃ—સુવાવડ માટેનો ઓરડો હવા અજવાળા વાળા અને તેમાં ખુલ્લી રીતે હવાની આવજા થઈ શકતી હોય એવો હોવો જોઈએ. આપણાં સૂતિકાગૃહો કદી બરાબર યોગ્ય હોતાં નથી. અને તેથીજ બાળક અને સુવાવડીનું મૃત્યુ પ્રમાણ આપણે ત્યાં વૃદ્ધિ પામતું જાય છે. માટે એવાં નાનાં, હવા અજવાળા વિનાનાં, સૂતિકા ગૃહો તજી દેવાં જોઈએ. મકાનમાં જે ઓરડો સૌથી સારો હોય, જેમાં હવાઅજવાળુ છૂટથી આવી શકતું હોય, તે ઓરડો લીપીગુપી સ્વચ્છ બનાવી જંતુ વિનાનો બનાવવો. તેમાં સરસામાન બહુ થોડો રાખવો. આવા પ્રકારનો ઓરડો સૂતિકાગૃહ તરીકે વાપરવો.

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન અસ્વાભાવિક લક્ષણો અને તેના ઉપાયો.

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન નીચે લખેલાં કોઈ પણ લક્ષણ પ્રગટ થાય તો તરત કોઈપણ દાક્તરની સલાહ લેવી.

૧. અત્યંત વમન અગર મોળ આવવી.

૨ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન રક્તસ્રાવ
૩ આખો દિવસ માથુ ચડતુ અગર ફેર આવવા
૪. આંખે ઝાંખુ દેખાવુ અગર વીજળી જેવો પ્રકાશ દેખાવો
૫ આખ મો પીળા પડી જવા અને પેટમા દુખાવો થવો
૬ આખો દિવસ ઊંઘ આવે અગર તદ્દન ઊંઘ ઉડી જાય
૭ હાલતા ચાલતાં હાંફી જવાય.
૮ પેટમાં છોકરૂ ફરકતુ ન હોય
૯ લોહી ઓછુ થઈ જાય
૧૦ મરડો, અજીર્ણ, તાવ વગેરે

ઉપરનાં લક્ષણોમાનું એક પણ લક્ષણ જણાય તો તરત તેનો ઇલાજ કરવો સામાન્ય રીતે એવી ધારણા હોય છે કે ગર્ભિણીની તો દવા જ ન થાય પરતુ આ એક મોટી ભૂલ છે આ માન્યતાને લીધે જ ઘણી ગર્ભિણીઓ અકાળ મોતે મરે છે વળી કોઈ કોઈની એવી પણ માન્યતા હોય છે કે આવી સ્થિતિમા એનેપેથિક દવા તો ન જ થાય પરતુ આ માન્યતાને કઇ પાયો હોય એવુ જણાતુ નથી છતાં જેવા તેવા સામાન્ય ગણાતા દાક્તરની દવા કરવાથી આવે સમયે ભારે પીડામા ઉતરી પડવુ પડે છે એ વાત શક વગરની છે માટેજ સામાન્ય દર્દી માટે જે દાક્તર યોગ્ય ગણાય તે ગર્ભિણી માટે કદાચ યોગ્ય ન પણ ગણાય તેને માટે તો અનુભવી ને સારા ગણાતા દાક્તરની દવા જ મજૂરી નિવડે ગર્ભિણીની ચિકિત્સા પણ તેવો અનુભવી દાક્તર જ કરી શકે માટે આ બાબતમાં ખાસ કાળજી રાખવાની જરૂર છે ઘરનો દાક્તરને પણ જો ગર્ભિણીની દવાનો અનુભવ ન હોય તો તેની પાસે દવા ન કરાવતાં અનુભવી દાક્તર પાસે જવું એ વધારે હિતકર છે વળી ગર્ભને ઇજા થઈ બેસશે, અગર ગર્ભસ્રાવ થઈ જશે એ બીકથી દવા કરાવવાથી તદન વિમુખ રહેવુ એ પણ ઠીક નથી તેથી ઘણી ગર્ભિણીઓનાં જીવન ચાલ્યાં

જાય છે. આવી સ્ત્રીઓનાં મરણ માટે જેઓ વખતસર દવા કરાવતા નથી, સારા અનુભવી દાક્તરની સલાહ લઇ તે પ્રમાણે વર્તતા નથી એવા લોકો જ જવાબદાર છે.

ટુંકામાં કહીએ તો હાલનો કેળવાયેલો વર્ગ હવે સામાન્ય રીતે સમજતો થયો છે કે આ બાબતમાં દેશી કરતાં વિલાયતી ચિકિત્સા-પ્રણાલી વધારે સારી છે. અને તેથી જ ગર્ભિણીને વૈદને આધારે રાખવા કરતાં અનુભવી દાક્તરની દવા પર રાખવી એ વધારે ઉચિત છે.

૧. અત્યંત ઉલટી—ગર્ભ રહ્યા બાદ ઘણી ખરી સ્ત્રીઓને પહેલા ૨ થી ૩ માસ મોળ આવ્યા કરે છે અને થોડી થોડી ઉલટી પણ થાય છે. આ સ્થિતિ ત્રણેક માસ પછી એની મેળે પલટાઈ જાય છે. પરંતુ જો ત્રણ માસ પછી પણ મૂળ સ્થિતિએ ન આવતાં રોગ વધતો જ જાય અર્થાત્ ત્રણ માસ પછી પણ મોળ અને ઉલટી ચાલુ રહે તો તે સ્થિતિ સ્વાભાવિક ન ગણાય. અને એની દવા કરાવવા કોઈ સારા દાક્તરને બોલાવવો જોઈએ. કારણ કે કોઈ વખતે આ મોળ અને ઉલટીનુ સ્વરૂપ ગર્ભિણીના શરીરમાં એવા ઉગ્ર રૂપમાં દેખા દે છે કે પાણીનું ટીપું સરખુ તેના પેટમાં ટકતુ નથી. ગર્ભિણી ધીમે ધીમે દુબળી પડતી જાય છે. વખતે વખતે તાવ પણ આવે છે. શરીર બળું બળું થાય છે અને છેવટે એક દિવસ એકાએક હાથપગ ઠંડા પડી જઈ તેનું મૃત્યુ નીપજે છે.

ગામડામાં દાક્તરો તરત મળતા નથી. મળે છે તે પણ તેટલા બધા અનુભવી હોતા નથી. એ માટે દાક્તરની રાહ ન જોતાં આવી સ્થિતિમાં તરત જ નીચેના નિયમો પ્રમાણે વર્તવું.

૧. ઉલટી વધારે પ્રમાણમાં થાય તો તેની ઉપેક્ષા ન કરતાં, દરરોજ સવારમાં એકાદ શેર ગરમ પાણી, ચા પીવાના ચમચામાંનો એક ચમચો ભરી સોડા બાઈ કાર્બ નામની દવા સાથે મિશ્ર કરી

નવશેકું રહે ત્યારે ગર્ભિણીને પાઈ દેવું. કદાચ આ પાણી પણ ઉલટી દ્વારા બહાર નીકળી જાય એ સંભવિત છે, પરંતુ તેથી ગર્ભિણીની જઠર ધોવાશે અને તેથી તેને બહુ શાંતિ વળશે. વારંવાર મોળ આવશે નહિ અને ત્યાર બાદ જે કંઈ ખાવાનું આપવામાં આવશે તે તેના પેટમાં ટકશે. આવી સ્થિતિમાં થોડા પ્રમાણમાં લીલા નાળિયેરનું પાણી આપવામાં આવે તો પણ ખાસ ફાયદો જણાય છે.

૨. ત્યાર બાદ એકાદ ક્લાક પછી એકાદ બે ચમચા પ્રવાહી ખોરાક જેવો કે ગ્લુકોઝ વોટર, ખાંડ કે સાકરનું શરબત, છાશ, વગેરે આપવું. કોઈ કોઈ ગર્ભિણી પ્રવાહી ખોરાક પેટમાં ટકાવી જ શકતી નથી. એ માટે તેને કઠણ ખોરાક જેવો કે તદ્દન મીણ જેવો કરી નાખેલો ભાત, બટાટા કે કાચાં કેળાંનું તદ્દન બાફી નાખેલુ શાક, પપૈયું, પાઉંરોટી સાથે દૂધ અગર સાબુચોખા થોડા પ્રમાણમાં આપવા. આ બાબતમાં દરદીની પ્રકૃતિ પર ખાસ ધ્યાન આપવું. કોઈને ઠંડું ને કોઈને ગરમ દ્રવ્ય પેટમાં ટકે છે બધાને માટે એકજ નિયમ લાગુ પડે નહિ. એ માટે વિવેકપૂર્વક પથ્ય ખોરાક આપવો.

૩. જો ઉપર કહ્યા પ્રમાણે કોઈપણ પ્રકારનો ખોરાક પેટમાં ટકાવી ન શકાય તો બે દિવસ સુધી મુખદ્વારા કોઈપણ જાતનો ખોરાક આપવાનું બંધ જ કરી દેવું આવી સ્થિતિમા ગર્ભિણી બહુજ દુર્બળ બની જાય છે. એ માટે પીચકારીની મદદથી તેના મળદ્વાર દ્વારા ખોરાક શરીરમાં દાખલ કરવાની જરૂર પડે છે. સવા શેર ગરમ પાણીમાં એક ઔંસ ગ્લુકોઝ અને એક ચમચો સોડા બાઈકાર્બ મેળવી એ નવશેકુ પાણી દર વખતે પાશેર એ પ્રમાણે દર ચાર કલાકને અંતરે પીચકારી દ્વારા મળદ્વારમાં પેસાડવું. આ ક્રિયા કરતા પહેલાં મળદ્વાર મોઢું નાખેલા પાણીદ્વારા પીચકારી વડે બરાબર સાફ કરી લેવું, નહિ તો ગ્લુકોઝનું પાણી પેટમાં રહેશે નહિ. પીચકારી સાથે ૧૨ નંબરની રબરની નળી જોડી, તેના પર તેલ ચોપડી એ

નળી ૪ થી ૬ આંગળ જેટલી મળદ્વારમાં નાખવી. પીચકારી આપતી વેળા ગર્ભિણીને ડાબે પડખે સુવારવી અને બહુ જ ધીમેથી નળી પ્રવેશ કરાવી પીચકારી આપવી. પીચકારીમાંનું પાણી મળદ્વારમાં પહોંચી જાય એટલે રબરની નળી બહાર કાઢી લેવી. પણ તે પહેલાં અથવા સ્વચ્છ રૂમાલ વડે મળદ્વારને બરાબર દાબી રાખવાની વ્યવસ્થા કરવી. આવી રીતે ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ સુધી મળદ્વાર દાબી રાખવામાં આવશે એટલે ગ્લુકોઝનું પાણી મળદ્વારમાંથી શોષાઈ જશે.

મળદ્વાર ધોવાની ક્રિયા—ખશેર ગરમ પાણીમાં બે ચમચા મીઠું નાખવું. (આપણે ખાઈએ છીએ તે જ મીઠું) આ પાણી ગરમ હોય તે દરમિયાન તેને ડુશની મદદથી મળદ્વારમાં પ્રવેશ કરાવવું. પછી ડુશની નળી બહાર કાઢી લેવી. આથી પેલુ અંદર પેઠેલું પાણી મળ સાથે બહાર નીકળી જશે. આ પ્રમાણે કોઠો સાફ થયા પછી ગ્લુકોઝમિશ્રિત પાણી અંદર દાખલ કરી ઉપર પ્રમાણે દબાણ કરવાથી તે શોષાઇ જશે.

૪. ઉલટી બંધ પાડવા માટે નીચેની દવાઓ વાપરવામાં આવે છે.

(ક) ટિંચર આયોડિન (Tr. Iodine) વાઈનમ ઈપિકાક (Vin Ipecac) અથવા ટિંચર ઓપિયમનું (Tr. opii) એક ટીપું એક ઔંસ પાણી સાથે આપવાથી તાત્કાલિક પરિણામ નજરે જણાય છે. એક દવાની અમુક અંતરે ૩ થી ૪ માત્રા આપ્યા બાદ જો પરિણામ ન જણાય તો બીજી દવાનો ઉપયોગ કરવો.

(ખ) રોગીને અતિ નિર્જન સ્થાનમાં ઓરડાની અંદર સુવાડવાનું લક્ષમાં રાખવું. તેને હલનચલન કરવાની કે વાતચીત કરવાની સખત મનાઈ કરવી. રોગીના ઓરડામાં બહુ પ્રકાશ ન આવે તેવી વ્યવસ્થા કરવી. રોગીને કોઇપણ જાતનો કંટાળો ન આવે તે પર ધ્યાન આપવું. તેને નિરાંતે ઉંઘવા દેવાની ગોઠવણ કરવી. જો આવી સ્થિતિમાં તેને ઘસઘસાટ ઉંઘ આવી જાય તો તે ઘણી વેળા બહુ ફાયદાકારક નીવડે છે.

ગર્ભાવસ્થામાં રક્તસ્રાવ:

ગર્ભાવસ્થામાં રક્તસ્રાવ થાય એ એક પ્રકારનું અસ્વાભાવિક ચિહ્ન છે. આવી સ્થિતિમાં ગર્ભિણીને પોતાને અને ગર્ભને બન્નેને નુક્સાન થાય છે. અગાઉ કહ્યું છે તેમ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન સામાન્ય રીતે માસિક ઋતુસ્રાવ બંધ રહે છે; પરંતુ વૈજ્ઞાનિક શોધખોળોને પરિણામે અત્યારે માલુમ પડ્યું છે કે સેંકડે ત્રીસ ગર્ભિણીઓને ગર્ભ રહ્યા છતાં પણ પહેલા ૨ થી ૩ માસ સુધી માસિક ઋતુસ્રાવ નિયમિત રૂપે થયા કરે છે. આ કારણને લીધે ઘણી વેળા ગર્ભના મહીના ગણવામાં ભૂલ થાય છે. ગર્ભ રહ્યા બાદ જે જે કારણોથી રક્તસ્રાવ થાય છે તે ગર્ભના મહીનાના હિસાબે જુદી જુદી ચર્ચાને પાત્ર છે જેમકે—

(ક) ગર્ભ રહ્યા બાદ પહેલા ત્રણ માસ દરમિયાન થતો રક્તસ્રાવ

(ખ) ગર્ભના બીજા ત્રણ માસ દરમિયાન થતો રક્તસ્રાવ.

(ગ) ગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા થોડા મહિના દરમિયાન થતો રક્તસ્રાવ

(ક) પ્રથમ ત્રણ માસ દરમિયાન થતા રક્તસ્રાવનાં કારણો—

(૧) ગર્ભ રહ્યા છતા પહેલા બે થી ત્રણ માસ નિયમિત ઋતુસ્રાવ થયા કરે છે

(૨) ગર્ભસ્રાવ થવાનું કંઈ કારણ હયાત હોય, જેવા કે—અકસ્માત પડી જવાથી આઘાત લાગ્યો હોય, ભ્રૂણ અગર તેની માતાના લોહીના રોગ જેવા કે ચાંદી વગેરે ચાલુ હોય

(૩) ગર્ભાશયની બહાર (Ectopic Gestation) તેની સાથે જોડાએલી નળીમાં અથવા તેની બહાર ગર્ભ રહ્યો હોય,

(૪) ગર્ભમાંના બાળકના મૃત્યુને લીધે ફૂલ વગેરેની વિકૃત સ્થિતિ થઈ હોય (vesicular moles)

(૧) ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન નિયમિત ઋતુસ્રાવ અને તેનાં કારણ:—ગર્ભાશયની મધ્યમાં આવી રહેલા પાતળી ચામડીવાળા પડદામાં જોઈએ તે કરતાં વધારે લોહી આવવાથી રક્તસ્રાવ થાય છે. ગર્ભ રહ્યા પછી પહેલા ત્રણ મહીના ગર્ભાશયમાનો આ પડદો સતાનકોષદ્વારા ઘણી વેળા ઢંકાય જતો નથી. એ માટે કોઈ કોઈ સ્ત્રીને પહેલા ત્રણ માસ સુધી ઋતુસ્રાવ થાય છે. ગર્ભાશયની પાતળી ચામડી, પડદો અને સંતાનકોષની પાતળી ચામડી વચ્ચે જે ઢંકાયા વગરનું સ્થાન રહે છે, અર્થાત્ જેમાંથી આ પ્રમાણે ઋતુસ્રાવ થયા કરે છે તે સ્થાનને ડિસિડ્યુઅલ સ્પેસ (Desidual space) કહે છે.

(૨) ગર્ભસ્રાવ:—ગર્ભાશયની પાતળી ચામડીથી સંતાનકોષનું જુદા પડવું તેનું નામ ગર્ભસ્રાવ (abortion). ચાંદી વગેરે રોગોનું વિષ આ પાતળી ચામડીના પ્રદેશને વિકૃત બનાવી આવી સ્થિતિમાં લાવી મૂકે છે.

ગર્ભસ્રાવનાં કારણો

(ક) ગર્ભિણીની શારીરિક કે માનસિક સ્થિતિમાં ફેર-ફારને લીધે ઉત્પન્ન થએલાં:—

(૧) સામાન્ય રીતે અકસ્માતઃ કોઈ માઠી ખબર સાંભળવામાં આવે અને તેથી મન અતિશય ઉદ્વેગમાં આવી પડે.

(૨) અકસ્માત ભય કે આઘાત પામવાથી, ભારે ચીજ ઉપાડવાથી, ઝાડે જતી વેળા બહુ જોર કરવાથી, પેટ પર વધુ પડતું દબાણ થવાથી, બહુ ચાલવાથી (લાંબો માર્ગ કાપવાથી), પગ લપસવાથી અગર અતિશય શારીરિક પરિશ્રમ કરવાથી પણ ગર્ભસ્રાવ થઈ જાય છે.

(૩) વાઢકાપ વડે ગર્ભાશયની અંદર કોઈ પ્રકારનું હથિયાર, અગર વનસ્પતિની છાલ, લાકડું વગેરે દાખલ કરી તે દ્વારા ગર્ભપાત કરવાનો પ્રયત્ન કરવાથી પણ ગર્ભસ્રાવ થઈ જાય છે

(૪) કેટલાક ચેપીરોગો જેવા કે ગરમી, મેલેરિયા, બળીઆ, ન્યુમોનિયા, ટાઇફોઇડ, મરડો, ઝાડા કે કોલેરા વગેરેની અસરથી પણ ગર્ભસ્રાવ થાય છે.

(૫) જનનેન્દ્રિય સમૂહમાં લોહીનો ભરાવો થાય અને તેને લીધે અમુક રોગો પેદા થાય તો પણ ગર્ભસ્રાવ થાય છે એ કારણને લીધે સામાન્ય રીતે ગર્ભાશયમાંની બળતરા, તેની સ્થાનચ્યુતિ, તેના પરની ગાંઠ અથવા તેને લગતું ફૂલ તૂટી જાય છે અને તેમ થવાથી ગર્ભ ટકી શકતો નથી.

(૬) બીજા રોગ જેવા કે મૂત્રગ્રંથિનો દાહ, સંતાનનું મૃત્યુ અથવા સંતાનકોષની પાતળી ચામડીમાં કંઈ રોગ થવાથી પણ સ્રાવ થઈ જાય છે.

(૭) અસ્રોપચાર.

(૮) અર્ગોટ જેવાં ઉગ્ર ઔષધોનો વપરાશ.

(ખ) પતિદ્વારા લાગુ પડેલા રોગને લીધે ઉત્પન્ન થએલાં કારણોઃ—

(૧) ગરમી, ગોનોરિયા અને ક્ષય જેવા રોગથી ગર્ભસ્રાવ થઈ જાય છે.

(૨) નાની ઉમરમાં જોઇએ તેથી વધારે પ્રમાણમાં મદ્યપાન કરનાર પતિથી રહેલું સંતાન હમેશાં ક્ષીણ જીવનશક્તિ ધારણ કરે છે અને તેથી તેનો સ્રાવ નજીવાં કારણોસર થઈ જાય છે

(ગ) ભ્રૂણના (ગર્ભમાંના સંતાનના) રોગને લીધે ઉત્પન્ન થએલા કારણોઃ—જેવા કે ચેપી ગરમીના રોગથી અથવા બીજાં કંઈ કારણોને લીધે ભ્રૂણ વિકૃત બની જળના બનેલા દ્રાક્ષના લુમખા જેવું બની જાય છે

ગર્ભસ્રાવનો સામાન્ય રીતે બે વિભાગમાં સમાવેશ કરી શકાય.

૧. ગર્ભપાતનો સંદેહ (Threaened abortion)

૨. ખરો ગર્ભપાત.

૧. ગર્ભપાતનો સંદેહ:—આમાં થોડું પણ અનિયમિત રીતે લોહી પડે છે અને ગર્ભાશયમાં વચ્ચે વચ્ચે પીડા થાય છે પરંતુ સ્રાવ થતો નથી. ગર્ભાશયનું મુખદ્વાર આ વખતે એટલું બધુ ઉઘડેલુ હોતું નથી કે જેથી આંગળી વડે મેમ્બ્રેનની એગ્ઝથેલીને અડકી શકાય. ગર્ભાશય સામાન્ય રીતે નરમ રહે છે, સ્રાવનું લોહી સાધારણ લોહી જેવું જ દેખાય છે અને બંધાઈ ગએલા લોહીના લોંદા કદાચ તેમાં નથી પણ હોતા. આ સ્થિતિમાં સ્વાભાવિક સ્થિતિ વડે અથવા ઔષધ દ્વારા પીડા બંધ પડે તો સંતાન જીવતું રહે છે અને ગર્ભાશયની વૃદ્ધિ પણ નિયમિત થયા કરે છે.

આવે વખતે નીચેના ઉપાયો કરવા ઉચિત છે.—

૧. દાક્તર ન આવે ત્યાં સુધી જામી ગયેલા લોહીના લોંદા રાખી મૂકવા.

૨. ગર્ભિણીને બિછાના પર સુવાડી રાખવી. તેને ઉઠબેસ કરવા દેવી નહિ.

૩. ડુશ અગર એનિમાની મદદથી ઝાડો કરાવવો.

૪. ૧૦ થી ૧૫ ટીપાં ક્લોરોડાઈન (chlorodine) નામની દવા એક ઔંસ પાણીમાં મેળવી આપવી ગર્ભિણીને આવી સ્થિતિમાં કદાચ ૪ થી ૫ દિવસથી પણ વધારે સમય રાખી શકાય. દાક્તર આવ્યા બાદ આ દવા અગર આવી બીજી દવા બાર કલાકને અંતરે પીવા આપે કિંવા મળદ્વારમાં અફીણના ભાગવાળી દવા દ્વારા પીચકારી મારવાની વ્યવસ્થા કરે. આવી સ્થિતિમાં બધકોષ હોય કે થાય તો ડુશનો ઉપયોગ કરી મળદ્વાર સાફ કરવાની જરૂર પડે છે.

૫. આ વખતે નીચેની ચીજો રોગીને આપી શકાય. દૂધ,

સાબુચોખાની કાંજી વગેરે હલકા પણ પ્રવાહી ખોરાક રોગિણીને વધારે માફક આવે છે આ ચીજો બહુ ગરમાગરમ કે બહુ ઠંડી ન આપવી. સાધારણ રીતે પી શકાય તેટલી ગરમ આપવી દ્રાક્ષ, દાડમ, લીલી-દ્રાક્ષ વગેરે પદાર્થ અમુક પ્રમાણમાં આપવા હિતકારી છે

૬. વિશ્રાંતિ જે ઓરડામાં રોગિણીને સુવાડવામા આવી હોય તે ઓરડામાં પવનની આવજા થતી હોવી જોઈએ પરંતુ તે સાથે એટલું યાદ રાખવું કે જોઈએ તે કરતા વધારે પ્રકાશ તેમા આવવો જોઈએ નહિ વળી ઓરડામાની હવા શીતળ રહે એવી ગોઠવણ કરવી ઓરડામા બહુ માણસો ભેગા થવા દેવાં નહિ કોઇને રોગિણી સમક્ષ બીક ઉપજાવે તેવી વાત કરવા દેવી નહિ રોગિણી નિરાંતે ઉંઘે તેવા ઉપાયો કરવા.

૨ અનિવાર્ય અથવા ખરો ગર્ભપાત —

આ સ્થિતિમા સતાનકોષ છૂટો પડી તેનો પ્રવાહી (Liquor Amnion) બહાર નીકળી જાય છે અને ગર્ભાશયની ગ્રીવામાંનું મુખ ઉઘડી જાય છે આવી સ્થિતિમા કોઈ પણ રીતે ગર્ભપાત અટકાવી શકાતો નથી અને તેથી તેને અનિવાર્ય ગર્ભપાત કહે-વામા આવે છે

લક્ષણ:—

(૧) રક્તસ્રાવ વધારે પ્રમાણમાં થાય છે

(૨) પીડા જોરથી અને થોડી થોડી વારે રહી રહીને થાય છે.

(૩) ગર્ભાશયનું મુખ ઉઘડી જાય છે અને તેની અંદર આંગળી નાખવાથી મેમ્બ્રેઈન કે બાળકનું અંગ સ્પષ્ટ અનુભવી શકાય છે

(૪) પ્રવાહી થોડો થોડો ટપકે છે અમર સંતાનનાં અંગો બહાર નીકળી પડે છે. આવી જાતના અનિવાર્ય ગર્ભપાતને પણ તેની જુદી જુદી સ્થિતિને અંગે ચાર ભાગમાં વહેંચી શકાય.

(ક) અસંપૂર્ણ ગર્ભસ્રાવ (Incomplete abortion)

(ખ) સંપૂર્ણ ગર્ભસ્રાવ (Complete abortion)

(ગ) ગર્ભાશયમાંનો ગર્ભસ્રાવ (Cervical abortion)

(ઘ) નિષ્ફળ ગર્ભસ્રાવ (Missed abortion)

(ક) અસંપૂર્ણ કે અધુરો ગર્ભસ્રાવઃ—આ સ્થિતિમાં ગર્ભાશયમાંનો બધો પદાર્થ બહાર ન પડતાં કેટલોક અંદર રહી જાય છે. સામાન્ય રીતે આ વખતે સંતાન બહાર પડે છે, પરંતુ સંતાનનો આવરણકોષ અને પાતળી ચામડી અંદર રહે છે. આ સ્થિતિમાં જ્યાં સુધી એ બધો ભાગ બહાર ન નીકળે ત્યાં સુધી રક્તસ્રાવ થયા કરે છે. આ રક્તસ્રાવ કોઈ વેળા એટલો વધારે પ્રમાણમાં હોય છે કે તેને તરત અટકાવવામાં ન આવે તો તેથી રોગિણી મૃત્યુ પામે છે. વળી કદાચ આ સબંધી બીજા ઉપચાર કરવામાં ન આવે તો કેટલીક વેળા રક્ત અંદર સડે છે અને તેથી ગર્ભિણીને જ્વર વિકાર (Septic fever) થાય છે તથા સ્રાવ દુર્ગંધ મારે છે.

આવી સ્થિતિમાં નીચેના ઉપાયો લેવા હિતકર છે.

(૧) લોહીના લોંદા (Clot) અને તેના ટુકડાઓ જે સ્રાવ સાથે બહાર આવે છે તે બહુજ સાવચેતીથી તપાસી જોવા અને દાક્તર આવે કે તરત તેને એ બતાવવા.

(૨) દાક્તર આવી કદાચ અસ્ત્રોપચાર કરે એવો સંભવ હોવાથી આવી હાલતમાં ગર્ભિણીને કંઈ પણ ખાવા આપવુ નહિ.

સારા દાક્તરની ખામી હોય અને લોહી વધુ પ્રમાણમાં જતું હોય તો ગર્ભાશયના મુખમાં બોરિક કોટનના પોલ બનાવી તેને દોરાની અંદર ગુંથી માળા જેવા બનાવી અથવા ઉકાળેલા પાણીમાં રૂમાલ સ્વચ્છ કર્યા બાદ તેના બે ભાગ કરી ઘડી—વાળી અંદર નાખવા. અંદર

નાખતી વેળા ધીમું ધીમું દબાણ કરતા જવું અને એ રીતે બોરિક કોટનની આખી માળા, અગર રૂમાલ છેડા બહાર રહે તે રીતે યોનિમાર્ગ ઢાંકી રહે એ રીતે અંદર દબાવી દેવી. આ રીતે યોનિમાર્ગ સંપૂર્ણ દબાણમાં આવે એટલે કેડના ભાગમાંથી લંગોટીની પેઠે લંગોટ પહેરાવવો. આ લંગોટને બંને બાજુથી તાણી પેડુના ઉપલા ભાગની અને બાજુપર દબાણ આવે એ રીતે બાંધી રાખવો. ટુંકામાં પેડુને યોનિપ્રદેશ પર આ રીતે દબાણ લાવવું. ૨૨ થી ૨૪ કલાક પછી આ બંધન છોડી નાખવામાં આવે છે અને તે વખતે એવું માલમ પડે છે કે ગર્ભાશયનું મુખ પુરતા રૂપમાં ખુલ્લી જઈ ગર્ભમાંનું ભ્રૂણ સંપૂર્ણ રીતે આ સાથે બહાર નીકળી જાય છે.

જો આ યુક્તિ અફળ નીવડે તો ફરીથી ઉપર પ્રમાણે યોનિમાર્ગ બાંધી રાખવાની જરૂર પડે છે; અથવા ગર્ભાશયમાં બાકી રહેલો ભાગ હાથદ્વારા બહાર કાઢવો પડે છે.

(ખ) સંપૂર્ણ કે પૂરો ગર્ભસ્રાવ:—આ સ્થિતિમાં ફુલ અને આવરણ ત્વચા સાથેનો બધો ગર્ભ પુરા માસના પ્રસવની માફક બહાર નીકળી જાય છે અને પાછળથી બીજી કોઈ પણ જાતની પીડા રહેતી નથી. સંપૂર્ણ સ્રાવ પછી ગર્ભાશયનો રક્તસ્રાવ અગર વેદના બંધ પડી જાય છે.

આવી સ્થિતિમાં પુરા માસે પ્રસવ થયો હોય ને જેવી સારવાર કરવામાં આવે તેવી સારવાર કરવાની જરૂર છે. આવા પ્રસંગે કેટલીક રોગિણીઓ ગર્ભાશયને વિશ્રામ આપ્યા સિવાય જેમ બને તેમ જલદી ખાટલા પરથી ઉઠી હરવા ફરવા માંડે છે. આ સ્થિતિ અતિશય શોચનીય છે. ગર્ભાશયને વિશ્રાંતિ નથી મળતી તો તે નિયમિત રીતે સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં આવતું નથી. અને તેને લીધે ગર્ભાશય અગર નાડીની બળતરા રહી જાય છે તથા ગર્ભાશય સામે કે પાછળ વાંકું વળી જાય તો ગર્ભિણી વાંઝણી બની જાય છે. માટે આ સ્થિતિમાં પુરતી સાવચેતી રાખી શરીરને વિશ્રાંતિ આપવી એજ વધારે સારૂં છે.

(ગ) ગર્ભાશયમાંનો ગર્ભસ્રાવઃ—આ સ્થિતિમાં સંતાનકોષનો બધો ભાગ ગર્ભાશયથી છૂટો પડી તેના ગ્રીવાદેશ આગળ આવી રહે છે. આ પણ એક જાતનો અધૂરો ગર્ભસ્રાવ જ છે. માટે તેની સારવાર અધૂરા સ્રાવના જેવી જ કરવી.

(ઘ) નિષ્ફળ ગર્ભસ્રાવઃ—જે સ્થિતિમાં ગર્ભાસ્રાવ થવો જોઈએ, તે ન થતાં ભ્રૂણ મરી જાય અને ઘણા દહાડા પછી બહાર પડે છે. આવી જાતના સ્રાવને નિષ્ફળ ગર્ભસ્રાવ કહેવામાં આવે છે. આવી હાલતમાં પણ ધારેલા ગર્ભપાતની નિશાનીઓ કે લક્ષણો જણાય છે અને ભ્રૂણ ગર્ભાશયમાં મરી જઈ અદુષિત (aseptic) સ્થિતિમાં પડ્યું રહે છે, અથવા ઘણા દહાડા પછી એ ભ્રૂણ વિકૃત સ્થિતિમાં આવી મોલ (mole) બની બહાર પડે છે.

આવી સ્થિતિમાં નીચે પ્રમાણે સારવાર કરવી. જ્યાં સુધી લોહી દુષિત ન બને અને લક્ષણો નજરે ન પડે ત્યાં સુધી કોઈ પણ કરવાની જરૂર નથી. પરંતુ જ્યારે લોહી દુષિત બન્યાનાં લક્ષણો માલુમ પડવા માંડે ત્યારે અગાઉ કહ્યા તે ઉપાય વડે ગર્ભાશયને ખાલી કરવાના ઉપાયો લેવા.

(ક) રક્તપિંડ અથવા માંસપિંડઃ—ગર્ભપાતનો સંદેહ હોવા છતાં તે ન થાય અને ભ્રૂણ મરી જાય, આવી સ્થિતિમા એ ભ્રૂણ ઘણા દહાડા પછી વિકૃત બની "મોલ" ના રૂપમાં પરિણામ પામે છે. આ વિકૃતિ વળી બે પ્રકારની હોય છે.

(૧) રક્તપિંડ અથવા બ્લડમોલ—ભ્રૂણની અંદરથી રક્તસ્રાવ થતાં થતાં એ નાશ પામી માંસપિંડના રૂપમાં બધાઈ જાય છે. આ સ્થિતિમાં તે થોડો વખત ગર્ભાશયમાં જ રહે છે વધારે દિવસ અંદર રહેવાથી હાડકાં જુદાં પડી જાય છે અગર પૈડાની માફક બધાઈ જાય છે. વળી કોઈ વેળા પત્થર જેવુ સખત રૂપ ધારણ કરે છે. જો આ પિંડનો રંગ કીરમજી હોય તો તેને 'રક્તપિંડ' કે 'બ્લડમોલ' કહેવામાં આવે છે.

(૨) માંસપિંડ કે ફ્લેસિમોલઃ—વિકૃત ભ્રૂણ થોડા રોજ ગર્ભાશયમાં રહે છે. ત્યાર બાદ તેનો રંગ ઝાંખો ગુલાબી બની જાય છે. આવા ઝાંખા ગુલાબી રંગવાળા પિંડને 'માંસપિંડ, કે 'ફ્લેસિમોલ' કહેવામાં આવે છે.

વિકૃત અવસ્થામાં ભ્રૂણ ખૂબ નાનું હોઈ શકે. એ માટે જ ગર્ભ રહ્યા બાદ ઘણા દિવસે, લગભગ આઠથી નવ માસને અંતરે જ્યારે ખૂબ પીડા થયા બાદ એ માસના આકારનો એક પિંડાકૃતિ ગર્ભ બહાર પડે છે, ત્યારે સામાન્ય રીતે ઘણાને ગર્ભિણી પર શંકા જાય છે. વળી અનેક જગાએ વિકૃત ભ્રૂણનો આકાર વૃદ્ધિ પામવાથી ગર્ભાશયનો આકાર સ્વાભાવિક ગર્ભની પેઠે મોટો થતો જાય છે. માટે આ બાબતમાં ખરું શું છે તે બરાબર પારખવા માટે અનુભવી દાક્તરનું શરણ સ્વીકારવું એ જ ઉત્તમ છે.

(ખ) ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બીજા ત્રણ માસમાં રક્તસ્રાવ થવાના કારણોઃ—

(૧) ગર્ભમાંના ભ્રૂણનો કોઈપણ કારણને યોગે નાશ થવો.

(૨) ગર્ભાશય બહાર ગર્ભ રહેવાથી ઋતુસ્રાવ થાય છે. અથવા ડિંબવાહિની નળીની અંદર ગર્ભ રહેવાથી (Tubal pregnancy) તે ફાટી જાય છે અને તેને લીધે ઋતુસ્રાવ થતો જણાય છે.

(૩) ગર્ભાશયની ચામડીથી ફૂલ (Placenta) છૂટું પડે તો પણ આ સ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે.

ઉપરનાં ગમે તે કારણથી રક્તસ્રાવ થતો હોય પરંતુ તે હમેશાં સારા દાક્તરના ઉપચારથી બંધ કરાવે જ છુટકો છે. દાયણનું સૌથી પહેલું કામ એ છે કે આવો રક્તસ્રાવ નજરે પડે કે તરત ગર્ભિણીને પથારી પર સૂવાડી સંપૂર્ણ વિશ્રાંતિ આપવી.

(ગ) ગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા ચાર માસ દરમિયાન

થતો રક્તસ્રાવ:—આ સમયે રક્તસ્રાવ થાય તો તેના બે પ્રકાર પાડી શકાય:—

(૧)આકસ્મિક રક્તસ્રાવ (Accidental haemorrhage)

(૨) અનિવાર્ય રક્તસ્રાવ (Unavoidable haemorrhage or Placenta Previa).

(૧)આકસ્મિક રક્તસ્રાવ:—આકસ્મિક રક્તસ્રાવ એટલે સ્વાભાવિક રીતે આવી રહેલાં ફૂલમાંથી રક્તસ્રાવ થવો એમ સમજાય. આવી સ્થિતિમાં રક્તસ્રાવ થાય એ જ આશ્ચર્યનું કારણ હોવાથી તેને આકસ્મિક રક્તસ્રાવ કહેવામાં આવે છે.

કારણ:—ગર્ભાશય અને તેની અંદર આવી રહેલું ભ્રૂણ સુસ્થ સ્થિતિમાં હોય તો તેમને પરસ્પરથી છુટાં પાડવા માટે ખાસ બળ વાપરવું પડે છે. નીચે લખેલાં કારણોથી એ બળ વપરાય છે અને તેથી ગર્ભાશય અને ભ્રૂણ છુટાં પડવાનો સંભવ પેદા થાય છે અને આવી રીતે ગર્ભાશય અને ભ્રૂણના છુટા પડવાથી રક્તસ્રાવ થાય છે.

(૧) મૂત્રગ્રંથીની બળતરાને લીધે ઉત્પન્ન થતી વિષક્રિયાદ્વારા.

(૨) બીજા કોઈપણ પ્રકારથી શરીરમાં વિષક્રિયા (Toximia) નો ઉદ્ભવ. આવી વિષક્રિયાની ઉત્પત્તિ ગરમી વગેરે રોગદ્વારા થાય છે.

નિદાન:—ઉપલાં હરકોઈ કારણથી ફૂલનો કોઈપણ ભાગ ગર્ભાશયથી છુટો પડે છે અને એ છુટા પડેલા ફૂલ અને ગર્ભાશયના ભાગમાંથી લોહી ઝરે છે.

(૧) ઉપર પ્રમાણે ઝરતું લોહી એ સ્થળે અવિકૃત સ્થિતિમાં જામી જાય અગર એમાંથી સૂત્રમય તંતુ (tissue) પેદા થઈ ગર્ભાશય સાથે સ્થાયી પણે જોડાઈ જાય. (Fibrous adhesion) આને 'સંલગ્નીકૃત ફૂલ' (Adherent Placenta) કહી શકાય.

(૨) જો એ લોહી ગર્ભાશય અને ફૂલમાં ન રહેતાં ગર્ભાશયના સંકોચ દ્વારા ગર્ભાશય અને સંતાનકોષની આવરણ ત્વચામાં થઈ બહાર આવે, તો તેને "બહાર દેખાતો આકસ્મિક રક્તસ્રાવ" (Revealed accidental hemorrhage) કહી શકાય.

(૩) જો ગર્ભાશય અને ફૂલ વચ્ચે છુટા પડેલા સ્થળમાં એ લોહી ધીમે ધીમે એકત્ર થતું જાય અને એથી ક્લોટ વધારે પડતી જાય તો ઉલ્ટી સ્થિતિમાં ગર્ભાશયના દરેક પેશીવાળા તાંતણાંની ચોમેર લોહી ઝરે છે. આને 'ગુપ્ત અવસ્થામાં રહેલો રક્તસ્રાવ' (Concealed accidental haemorrhage) કહી શકાય.

લક્ષણ:—(૧) જ્યારે સાધારણ રક્તસ્રાવ થઈ તરત બંધ થઇ જાય, ત્યારે સંતાનને કંઈ અનિષ્ટ થતું નથી અને પ્રસવકાળ સુધી બીજું કંઈ ચિહ્ન નજરે પડતું નથી.

(૨) સામાન્ય રીતે યોનિમાર્ગેથી સ્રાવ વધારે પ્રમાણમાં થાય છે, અને એ સ્રાવ સાથે વેદના પણ બહુ થાય છે. રક્તસ્રાવ થોડા દિવસ સતત ચાલુ રહે છે અને તેને પરિણામે સંતાન મરી જાય છે.

(૩) જ્યારે ગર્ભાશયમાં રક્તસ્રાવ થાય છે ત્યારે તે જલદી મોટું થાય છે. અને પેટ ઉપર હાથ મૂકવાથી વેદના થાય છે. રોગિણી; આ રોગ સાથે ઊંકારા થઈ જાય તેવી વેદના અનુભવે છે. તેની નાડી ઝડપથી ચાલે છે. દુર્બળતા અને તૃષા વધતી ચાલે છે. શરીરની ગરમી જોઈએ તે કરતાં વધારે ઘટી જાય છે. શરીર ઠંડું પડતું જાય છે.

સારવાર:—(૧) રક્તસ્રાવ થાય છે એ જાણવામાં આવે કે તરત રોગિણીને પથારીવશ રાખવી.

(૨) ઓછા પ્રમાણમાં રક્તસ્રાવ થાય તો ગર્ભસ્રાવ વખતે કરવામાં આવતી સારવાર આ વખતે પણ કરવી.

(૩) વધારે પ્રમાણમાં સ્રાવ થાય તો ગર્ભાશયનું મુખ અને

યોનિમાર્ગ અગાઉ દર્શાવ્યા પ્રમાણે બોરિક કોટન દ્વારા જેમ બને તેમ જલદી પૂરી દઈ ગર્ભાશય સાફ કરવાના પ્રયત્નો કરવા.

(૪) એ સાથે રક્તસ્રાવનાં કારણો દૂર કરતી સારવાર કરવી. જો રક્તપાત વધારે પડતો થતો હોય ને અટકતો ન હોય તો રોગિણીને કોઈ નજીક આવેલી સારી ઈસ્પિતાલમાં મોકલવી એજ ઠીક છે.

(૨) અનિવાર્ય રક્તસ્રાવ (Placenta previa):—જો ફૂલ ગર્ભાશયના ઉપલા ભાગમાં ન હોય ને નીચલા ભાગમાં આવી રહેલું હોય તો તેને આગળના ભાગમાં આવી રહેલા ફૂલ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

ગર્ભ રહ્યા બાદ પ્રસવના દહાડા પુરા થાય તે પહેલાં ચાર માસ દરમિયાન ગર્ભાશયને કંઈ ધક્કો વાગે, અગર ગર્ભિણીના મનમાં કોઈ પ્રકારનો ઉદ્વેગ થાય તો ગર્ભાશય સંકોચ પામે છે. ગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા કેટલાક માસમાં ગર્ભાશયનો નીચેનો ભાગ આકારમાં વૃદ્ધિ પામે છે. અને ફૂલ તેનાં પ્રમાણમાં વૃદ્ધિ પામી શકતું નથી, અને તેથી એ બંને વચ્ચે જગો પડવાનું ખાસ કારણ ઉપસ્થિત થાય છે. આને પરિણામે ભયાનક પ્રકારનો રક્તસ્રાવ પણ થાય છે. પરંતુ કોઈ પ્રકારની પીડાનો અનુભવ થતો નથી. આ જ કારણથી ગર્ભાશયને વળગેલું ફૂલ પણ કોઈ વેળા ખસી પડે છે, અને તેમ બને તો પણ રક્તસ્રાવ થાય છે. બીજાં કોઈપણ કારણ કે જેને લીધે ગર્ભસ્રાવ થાય છે, તે કારણ વિદ્યમાન હોય અગર જેઓને વરસે વરસે બાળક જન્મે છે તેમને પણ સામાન્ય કારણથી આવી જાતનો રક્તસ્રાવ થાય છે.

લક્ષણ:—રક્તસ્રાવ વધારે પ્રમાણમાં થાય તો તેનાં સામાન્ય રીતે ૪ ચિહ્નો જણાય છેઃ—

(૧) બેભાન બની જવા જેવી સ્થિતિ.

(૨) ક્ષીણ છતાં દ્રુત નાડી.

(૩) હોઠ, ચામડી વગેરે બધું ફિક્કું પડી જાય.
(૪) શ્વાસ લેતાં અડચણ નડે.

બહુ જ વધારે પ્રમાણમાં રક્તસ્રાવ થાય તો:—

(૧) ગર્ભિણી તરફડે છે.
(૨) હાંફી જાય છે.
(૩) મોં ફાડી વધારે પ્રમાણમાં હવા લેવાનો પ્રયત્ન કરે છે.
(૪) આંખે અંધારાં આવે છે.
(૫) ધીમે ધીમે બેભાન બનતી જાય છે.
(૬) ધીમે ધીમે નાડી ગુમ થઇ જાય છે.

ગુપ્ત રક્તસ્રાવ:—

ઉપર કહ્યો તે પ્રકારનો રક્તસ્રાવ થાય, પરંતુ તે કોઈ પણ કારણથી બહાર દેખા ન દે અને અંદર ભેગો થતો જાય તો (૧) વધારે પડતા રક્તસ્રાવનાં બધાં ચિહ્નો નજરે પડે છે. (૨) ગર્ભાશયની ઉચ્ચતા માસ હિસાબે જેટલી હોવી જોઇએ તેથી ઘણી જ વધારે દેખાય છે. (૩) ગર્ભાશય લાકડા જેવું સખત બની જાય છે. (૪) પેટમાં ખૂબ વેદના થાય છે. ઘણાં માણસો આ વેદના અને નાડીનું કંઈ ઠેકાણું ન હોવાને લીધે ભળતાં કારણો કલ્પે છે અને ઉલટી તરેહની સારવાર થવાથી ગર્ભિણી મરણ પામે છે.

સારવાર:—

(૧) સારા દાક્તરની તરત જ મદદ લેવી.

(૨) રક્તસ્રાવ ઓછા થાય એટલે પાટા વડે પેટ બરાબર બાંધી ગર્ભિણીને સુવાડી રાખવી.

(૩) વધારે પ્રમાણમાં રક્તસ્રાવ થાય, વેદનાનું જોર વધતું જાય, ગર્ભિણી ભારે મુશ્કેલીમાં આવી પડી એમ લાગે તો ગર્ભાશયનું મુખ અગાઉ કહેલા ઉપાય વડે ઉઘાડવાની વ્યવસ્થા કરવી અને એ રીતે પ્રસવ કરાવવો.

ફૂલની સ્થિતિ—સામાન્ય રીતે ફૂલ ગર્ભાશયના અંદરના ભાગમા ઉપલી મેર રહે છે પરંતુ કોઈ કોઈ વખતે તેનું સ્થાન બદલાય છે. એ ફૂલ ગર્ભાશયના નીચલા ભાગમાં અમુક અમુક સ્થળે આવી રહેલું હોય તો તેને તેના તે સ્થાન મુજબ જુદા જુદા નામે ઓળખવામા આવે છે. જેવાં કે—

(૧) ફૂલનું કેન્દ્રસ્થાન જો ગર્ભાશયના અંદરના મુખ ઉપર ઢંકાઈ આવી રહેલુ હોય તો તેને ફૂલનુ કેન્દ્રિય અવસ્થાન (Central placenta privia) કહેવામાં આવે છે.

(૨) જો ફૂલ ગર્ભાશયના અંદરના મુખની કોઈપણ એક બાજુએ આવી રહ્યુ હોય તો તેને કિનારા પર આવેલા ફૂલ (Marginal placenta) તરીકે ઓળખવામા આવે છે.

(૩) ફૂલ ગર્ભાશયના નીચલા ભાગમા આવી રહે અને જો એના અદરના મુખમા ન પડતાં એક બાજુએ આવી રહે તો તેને પડખે રહેલું ફૂલ (Lateral placenta privia) કહેવામાં આવે છે.

(૪) ગર્ભાશયના અદરના મુખ ઉપર જો ફૂલનો થોડો ભાગ આવી રહેલો હોય તો તેને આંશિક સ્થિતિ (Partial placenta privia) કહેવામા આવે છે

લક્ષણ —

(૧) રક્તસ્રાવ —૭ માસ પુરા થવા આવે ત્યારથી તે પ્રસવ પહેલા સુધીના કોઈપણ વખતે, અથવા કોઈ પણ જાતના આઘાત વગેરે કારણ વિના, વખતે વખતે કોઈ પણ જાતની પીડા વિના, જો અકસ્માત વધારે પ્રમાણમાં રક્તસ્રાવ થાય તો આગળના ભાગમા આવી રહેલાં ફૂલને લીધે તેમ થાય છે એવી શકાને સ્થાન રહે છે. કદાચ આ રીતે રક્તસ્રાવ ૭ માસ પહેલા પણ થાય છે.

(૨) રક્તસ્રાવનું કારણ જો આગળના ભાગમાં આવી રહેલાં ફૂલના અજગા પડવાને લીધે ઉત્પન્ન થએલું છે એવો શક પડે તો ગર્ભિણીની હંમેશ મુજબ હાથની આંગળીદ્વારા તપાસ કરવી. આવી સ્થિતિમાં આ તપાસ કરતાં ગર્ભાશયના મોં આગળ વાદળીના જેવો એક પદાર્થ ગદગદતો માલમ પડશે. એ પદાર્થ જામી ગએલા લોહીની ગાંઠ જેવો છે એવો પણ ભ્રમ થશે; પરંતુ જામેલું લોહી ફૂલ કરતાં નરમ હોય છે અને તેને દાબવાથી તે છૂટું પડી જાય છે. વળી તે આંગળીને ચોંટી આવે છે અને પાણીમાં ઓગળી જાય છે. ત્યારે ફૂલ દબાવવાથી છૂટું પડતું નથી તેમ પાણીમાં ઓગળતું પણ નથી.

(૩) જે સ્ત્રીને ઘણાં સંતાનો થયાં હોય છે, તેને જો આ સમય દરમિયાન વધારે પડતો રક્તસ્રાવ થાય તો તેનું કારણ ફૂલ ગર્ભાશયના આગળના ભાગમાં આવી રહેલું છે એમ જાણવું.

(૪) અંદરની તપાસણી વખતે માથાં સિવાય ભ્રૂણનો બીજો કોઈ ભાગ આવી રહેલો જણાય તો પણ આજ કારણનો સંદેહ રાખવો.

(૫) બહાર આવવાનો ભાગ જો ગર્ભાશયના નીચલા પ્રદેશથી જુદો પડી ગએલો હોય તો પણ આજ કારણ કલ્પવું ઉચિત છે.

(૬) ગર્ભાશયની ગ્રીવા અને મુખ જો પહોળાં થઈ ગએલાં હોય તો પણ આ કારણ કલ્પવું જોઈએ. આવા પ્રકારનાં લક્ષણો જણાય છતાં ગર્ભાશયનું મુખ પહોળું ન થયું હોય, તો કૃત્રિમ ઉપાયો વડે તેનું મોં પહોળું કરી હાથ નાખી ફૂલનો સ્પર્શ કરી શકનો નિર્ણય કરવો એજ આ બાબતમાં સરસ રસ્તો છે. ફૂલ એક બાજુએ હોય તો ભ્રૂણ અગર ફૂલના ઉપલા પડદા પ્રથમ જણાય છે અને ફૂલ એક બાજુએ હોય એવો અનુભવ થાય છે.

સારવાર:—

(૧) જ્યારે જ્યારે એવો સંદેહ પેદા થાય કે ફૂલ આગળના

ભાગમાં આવી રહેલું છે, ત્યારે ત્યારે કોઈ સારા દાક્તરને બોલાવ્યા સિવાય રહેવું નહિ. કારણ કે આવી સ્થિતિમાં પ્રસવ ન થાય ત્યાં સુધી લોહી ઝરવાના કારણથી ગર્ભિણી અને તેના બાળકનું મૃત્યુ થવાનો પુરેપુરો સંભવ છે. આ માટે આવી સ્થિતિમાં એક ક્ષણનો પણ વિલંબ કરવો નહિ.

(૨) જ્યાં સુધી દાક્તર આવી ન પહોંચે ત્યાં સુધી ગર્ભિણીને સાવચેતીથી પથારીમાં સુવાડી રાખવી. વધારે હલનચલન કરવા દેવું નહિ. ગર્ભિણીના ઓરડામાં વધારે માણસોને જવા દેવાં નહિ. તેના શરીરમાંથી એક બિંદુ પણ લોહી ઓછું ન થાય, તેવી બને તેટલી વ્યવસ્થા કરવી. રોગિણીને કોઈ પણ જાતનો આઘાત ન લાગે તેવો ખાસ પ્રયત્ન કરવો.

(૩) પાશેર દૂધમાં એક ઔંસ બ્રાંડિ મેળવી તે મિશ્રણ ડૂશ દ્વારા મળદ્વારમાં પ્રવેશ કરાવવું. આથી રોગિણીની શક્તિ વધશે અને બીક ઓછી થશે. આવી સ્થિતિમાં કોઈ પણ દવા મુખદ્વારા પીવા આપવી નહિ. કારણ કે દાક્તર આવી ગર્ભિણીને તરતજ ક્લોરોફોર્મ આપી બેભાન બનાવી અસ્ત્રોપચાર કરે એવો આવી સ્થિતિમાં પુરેપુરો સંભવ છે. આથી કંઈ પણ જઠરમાં ગયું હોય તો તે વખતે ઉલટી દ્વારા બહાર નીકળી જાય એ સ્વાભાવિક છે.

(૪) જો રક્તસ્રાવ વિશ્રાંતિ આપ્યા છતાં પોતાની મેળે બંધ ન થાય અને ગર્ભાશયનું મુખ ન ઉઘડી જાય તો સંતાનાશયની ત્વચા ચીરી ગર્ભાશયના મુખથી માંડીને યોનિમાર્ગ ભર્યો બોરિક કોટનના પોલ વડે દાબી બાંધી દેવો. જો આ બાબતમાં કેવળ શક જ પેદા થયો હોય તો આવું કંઈ કરવાની જરૂર નથી.

(૩) આખો દિવસ માથું ચઢવું અને ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બેભાન બની જવું:—ગર્ભિણીનો કોઠો સાફ ન રહેતો હોય અથવા પેશાબમાં કંઈ ખામી હોય તો સામાન્ય રીતે આવી હાલત

થાય છે. આથી આવી સ્થિતિમાં જે વડે નિયમિત ઝાડો પેસાબ થાય તેવા ખાનપાનની વ્યવસ્થા કરવી. પપૈયાં ખાવાથી સામાન્ય રીતે ઝાડો ખુલાસે થાય છે. જો ખાસ બંધકોશ હોય તો સારા દાક્તરની સલાહ લઈ એક ઔંસ એરંડિયું તેલ આદુ સાથે ગરમ કરી ચાર ઔંસ ગરમ પાણી સાથે સવારના પહોરમાં પીવાથી કોઠો સાફ થાય છે. આમ કર્યાં છતાં ઝાડો સાફ ન ઉતરે તો પછી સારા દાક્તરને બોલાવવાની વ્યવસ્થા કરવી જોઇએ. કારણ કે આવી રીતે હમેશાં માથું દુઃખવાનો રોગ કદાચ ગર્ભિણીના સંતાન ધારણમાં અસ્વાભાવિક રક્તદુષિતતા ખાતર પણ પેદા થયો હોય અને તે ક્રમે ક્રમે ભયંકર પ્રકારના બેભાનપણાના રોગમાં (Anti-partum eclampsia) ફેરવાતો જાય છે.

પહેલીવાર ગર્ભવતી બનેલી સ્ત્રીઓમાં આ રોગ વિશેષ પ્રમાણમાં હોય છે. જે સ્ત્રીના ગર્ભમાં સંતાન હોય અને તેને આ રોગ લાગુ પડે તો તેને ગર્ભાવસ્થામાં લાગુ પડેલો બેભાનપણાનો ઍન્ટિ પાર્ટમ એકલામશિયા કહે છે અને જે ગર્ભિણીને પ્રસવ થઈ ગયો હોય તેને આ રોગ લાગુ પડે તો તેને પ્રસવાન્તે લાગુ પડેલો બેભાનપણાનો રોગ (Post partum eclamsia) કહે છે. આ બે પ્રકારના બેભાનપણાના રોગમાં પોસ્ટ પાર્ટમ એકલામશિયા સૌથી વધારે વિપત્તિજનક છે. આ રોગનાં વાઈના રોગની પેઠે સ્નાયુઓનું ખેંચાણ અને પછી બેભાન થવું એ ખાસ લક્ષણ છે. આ ખેંચાણ અને બેભાનપણાની અવસ્થા પછી પ્રથમ તો રોગીને ભાન આવે છે. પરંતુ આવી રીતે વારંવાર થયા પછી રોગીણી તદન જ્ઞાન ગુમાવી દે છે અને આવી સ્થિતિમાં ઘણી વેળા રોગિણી મૃત્યુ પામે છે.

કારણ:—આ રોગ શાથી પેદા થાય છે, તે બાબતમાં બહુ શોધખોળ થઈ છે; પરંતુ એનું કંઇ પણ નિશ્ચિત કારણ હજુ સુધી શોધી કાઢવામાં આવ્યું નથી. ગર્ભાશયમાંના ભ્રૂણમાંથી કોઈ પ્રકારનું

ઝેર પેદા થવાથી આ રોગ ઉત્પન્ન થાય છે, એ ધારણા આજકાલ લગભગ એકમતી મનાય છે.

સારવાર—આ રોગમાં કાળજું, મૂત્રગ્રંથિ વગેરે વધારે પ્રમાણમાં વિકૃત બની જાય છે. આ ભાગોમાંથી કાં તો રક્તસ્રાવ થાય છે, અગર તો તેમાં લોહી બંધાઈ જાય છે, અગર તે અંગોઆંનો થોડો થોડો ભાગ નાશ પામતો હોય એમ જણાય છે.

લક્ષણ:—

એક્લામશિયા (Eclamsia) ના રોગને બે ભાગમાં વહેંચી શકાય છેઃ—

૧. રોગ પ્રગટ થયા પહેલાની સ્થિતિ.

૨. પ્રગટ થયેલી બેચતાણની સ્થિતિ.

૧. રોગ પ્રગટ થયા પહેલાની સ્થિતિ.

આ સ્થિતિમા નીચે લખેલાં લક્ષણો માલમ પડે છે.

(૧) સતત માથું દુખવું. (Persistent headache)

(૨) કામચલાઉ બંધકોશ. (Constipation)

(૩) ઉલટી. (Vomiting).

(૪) નજરની અસ્પષ્ટતા. (Dimness of vision).

(૫) અતિશય ગરમ લોહી. (High tention pulse)

(૬) થોડું અને ઘાડા રંગવાળું મૂત્ર (High coloured urine)

(૭) મૂત્રમાં એલ્બુમેન (Albumen), એસિટન (acetone) અથવા કાસ્ટ (Cast) ની હયાતી.

(૮) બંને પગોની ફુલાવટ (Swelling of legs)

(૯) જઠરના ઉપલા ભાગમાં પીડા (Epigastric pain)

(૧૦) હૃદયનો બીજો અવાજ ઉંચા નાદવાળો (Accentuated 2nd sound of heart)

આ બધાં લક્ષણો ક્રમે ક્રમે ભયંકર રૂપ ધારણ કરે છે. માટે તેની પુરેપૂરી અગાઉથી સાવચેતી રાખવી.

સારવાર:—

(૧) ઉપરનાં લક્ષણોમાંનું કોઈપણ લક્ષણ જાણવામાં આવે કે તરત રોગિણીને પથારી પર સુવાડી રહેવાની ફરજ પાડવી અને પ્રતિક્ષણે તેના પર નજર રાખ્યા કરવી.

(૨) પ્રત્યેક ગર્ભિણીના ગર્ભના છેલ્લા ત્રણ માસ દરમિયાનનો પેસાબ ઓછામાં ઓછા પંદર દિવસને આંતરે તપાસવો જોઇએ.

(૩) રોગિણીને હમેશાં પ્રવાહી ખોરાક આપવો. દૂધ, બાર્લિ, લીલાં નાળીએરનું પાણી અગર ખાંડનું પાણી (Glucose water) વગેરે પ્રવાહી પદાર્થો યોગ્ય પ્રમાણમાં આપવા. ઓછામાં ઓછાં પાંચ દિવસ આવા ખોરાક પર રાખવાથી પેસાબમાં એલ્બુમેન રહેતું નથી અને તાણની સ્થિતિ શરૂ થતી નથી.

(૪) દસ્ત સાફ આવે તે માટે મૃદુ જુલાબ આપવો અને જે વડે પુષ્કળ પ્રમાણમાં મૂત્ર થાય તેની વ્યવસ્થા કરવા માટે સારા દાક્તરની સર્વદા સલાહ લેવી જો ૪૮ કલાકમાં આ રોગોના લક્ષણો ઓછા ન થાય તો કૃત્રિમ ઉપાયથી પ્રસવ કરાવવાની જરૂર પડે છે. પરંતુ આ બધુ સારા ને અનુભવી દાક્તરની સલાહ પર આધાર રાખે છે.

(૫) થાઇરોઇડ એક્સટ્રેક્સ (Thyroid Extract) નામની દવા વાપરવાથી આ સ્થિતિમાં ફાયદો થતો જણાય છે સોડા બાઇ-કાર્બ અને દ્રાક્ષ તથા ખાંડ મિશ્ર પાણી (Glucose water) નિશાના ભાગમાં વાપરી શકાય

૨. તાણને લીધે ઉત્પન્ન થતી બેભાન સ્થિતિ:— (Eclampic Stage) વાઇની પેઠે તાણ આવી આ સ્થિતિ શરૂ થાય છે. ઉપરાઉપરી બે વાર તાણનો વચલો સમય ભર ઉંઘમાં

પસાર થાય છે અને તે સમય ધીમે ધીમે લંબાતો જાય છે આ સાથે બંધકોશ થતો જણાય છે અને મૂત્રની ઉત્પત્તિ થવામાં અડચણ નડે છે. ધીમે ધીમે ફેફસાંનો શોથ (Pulmonary oedema) પણ જણાવા માંડે છે.

જો રોગિનીના શરીરની ગરમી વધે, નાડી ધીમે ધીમે ક્ષીણ થતી જાય અને લોહીનું દબાણ ઓછું થતું જાય તથા ભર ઊંઘ આવે તો સમજી લેવું કે અવસ્થા ગંભીર બનતી જાય છે.

સારવારઃ—

(૧) રોગીણીને એકાદ તદ્દન એકાંત ઓરડામાં પથારી કરી સુવાડવી. એ ઓરડામા અંધારૂં હોય એ તદ્દન ઇચ્છવા જોગ છે. પથારીનો માથા તરફનો ભાગ ઊંચો રાખવો. એકાદ અનુભવી દાયણને રોગિણીની સારવાર માટે રોકવી દાયણે દર આઠ કલાકને અંતરે રોગીનો પેશાબ ઝીલવો અને તે તપાસ માટે સંભાળથી રાખી મૂકવો.

(૨) તાણ આવતી વેળા જીભ ન કચરાઈ જાય તેની ખાસ સંભાળ રાખની તાણ આવતું હોય ત્યારે જ્યારે તે થોડી ક્ષણ માટે બંધ થાય ત્યારે રોગિણીનું મુખ અંદરથી સ્વચ્છ કપડાં વતી લૂછી નાખવું. વળી તાણ વખને વચ્ચે વચ્ચે ક્લોરોફોર્મ સુંઘાડવુ.

(૩) એનિમા કે ડુશ દ્વારા મળ સાફ કરાવવો. ત્યારબાદ ગુદાદ્વાર દ્વારા સેંકડે ૫ ભાગ ગ્લુકોઝ અને ૨ ભાગ સોડી બાઈકાર્બ Sodi Bicarb) ના દ્રાવણ સાથે ૪ ઔંસમાં ૩૦ ગ્રેન ક્લોરલ હાઇડ્રેટ (Chloral Hydrate) મેળવી ટીપું ટીપું આપવું તાણ મટાડવા માટે $\frac{1}{4}$ ગ્રેન મોર્ફિઆ વાપરી શકાય. પરંતુ આ બધી વ્યવસ્થા સારો અનુભવી દાક્તર પોતેજ કરશે એ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે.

(૪) આ પ્રમાણે કર્યાં છતાં કંઈ પણ પરિણામ ન જણાય તો ફરીથી ત્રણ કલાક બાદ $\frac{1}{4}$ ગ્રેન મોર્ફિઆનો પ્રયોગ કરવો અને ૭ કલાકને અંતરે ફરીથી ઉપર પ્રમાણે એનિમાનો પ્રયોગ કરવો.

ક્ષાર બાદ ૧૩ કલાકને અંતરે ૨૦ ગ્રેન કલોરલ હાઈડ્રેટ સાથે અને ફરીથી ૧૧ કલાકને અંતરે એટલી જ માત્રા આપવી પછી દર આઠ કલાકને અંતરે એજ પ્રમાણે સારવાર કરવી જો તાણ બંધ ન પડે તો કલોરલ હાઈડ્રેટ સિવાય બીજાં બધાં ઔષધનું સેવન કરાવવુ દરરોજ ૪ પાઇન્ટ એટલે લગભગ પાચ શેર પાણીનો ઉપયોગ કરવો જેથી મૂત્ર અને પરસેવો વધારે પ્રમાણમા થાય તેવી વ્યવસ્થા કરવાનું ધ્યાનમાં રાખવુ

(૫) કમરની પાછળ અળસીની પોટિસ બાધવી દાક્તર કહે તે પ્રમાણે પૂર્વોક્ત સ્થાને નાના કાચના ગ્લાસમાં સ્પિરિટ ચોપડી અગ્નિદાહ પાછળ મૂત્રગ્રંથિ ઉપર કપિંગ (Cupping) કરવાની વ્યવસ્થા કરવી રોગિણી ભાનમા આવે એટલે દસ્ત સાફ કરાવવા માટે એક ઔંસ પાણીમાં અર્ધો ઔંસ મગસલ્ફ (magsulph) આપવુ એ દવા કામ ન કરે તો તેનો ફરીથી પ્રયોગ કરવો ગ્લુકોજ વોટર સિવાય બીજો કોઈ પણ પ્રકારનો ખોરાક આપવો નહિ.

(૬) જો તાણ કોઈ પણ રીતે દાબી ન શકાય અને કોઇ પણ દવા કારગત ન નીવડે, ઉલટુ લોહીનું દબાણ વધતું જાય અને નાડીના ધબકારા વધતા જાય તો તેની સ્થિતિમા ફસ ખોલી લોહી વહેવડાવી દેવાથી ફાયદો થતો જણાય છે, દાયણે દર આઠ કલાકને અંતરે લોહીનું દબાણ કેટલું થાય છે તે નોંધી રાખવુ એ દબાણ ૧૪૦ ઉપર થાય તો શિરામાંથી ૧૦ ઔંસ લોહી ઝરાવી દેવુ એ ઠીક છે આવી સ્થિતિમાં વેરાટ્રોન ૧ સી. સી માત્રામા ચામડીમાં પ્રવેશ કરાવી શકાય પરંતુ એ દબાણ ઓછુ હોય તો ½ સી સી બસ થઇ પડશે.

(૭) રોગિણીની જઠર સાફ થવાથી રોગ શાંત પડતો જણાય છે. જઠર સાફ કરવા માટે રબરની ટ્યુબ (Stomach tube) દવાખાનામાં મળે છે તે સાવચેતીથી વાપરવી જોઈએ. આ ટ્યુબને

જાહરમાં સાવચેતીપૂર્વક પ્રવેશ કરાવી સેંકડે .૫ ભાગ, સોડા બાઇ-કાર્બ મિશ્રિત દ્રાવણનો સવા શેર જેટલો ભાગ જારમાં રેડી તેને સાફ કરવી પડે છે. આ પ્રમાણે ૩-૪ વાર ધોવાથી રોગિણીને શાંતિ વળે છે. જરૂર પડે તો ચાર કલાકના અંતરે ફરીથી આ વ્યવસ્થા કરવી. રોગિણીનાં આંતરડાં સાફ કરવા માટે ૪ ડ્રામ મગસલ્ફ (Mag-sulph) ઉપર પ્રમાણે પ્રવેશ કરાવી નળી બહાર ખેંચી લેવી.

(૮) રોગિણીને પ્રસવ કરાવવા સબંધીની ક્રિયા બાબતમાં એ યાદ રાખવાનું છે કે કુદરતને મદદ કર્યા સિવાયની બીજી કોઈપણ જાતની ક્રિયા ન કરવી પડે એજ હિતકર છે. તો પણ અનુભવી દાક્તરની એવી સલાહ પડે કે રોગિણીને પ્રસવ કરાવ્યા સિવાય રોગ શાંત પડે તેમ નથી તો તેણે જાતે હાજર રહી ચિકિત્સા કરવી. સામાન્ય માણસે આ બાબત માથે લેવી નહિ.

ખાસ સૂચનાઃ—

(૧) આપણા દેશમાં વર્ષા અને શીત કાળમાં આ રોગ વધારે પ્રમાણમાં ફેલાતો જણાય છે.

(૨) આવી સ્થિતિમાં ફૂલ વધારે સમય અટકાઇ જાય છે.

(૩) આપણા દેશમા ઘેર જે પદ્ધતિથી સારવાર કરવામાં આવે છે તેમાં મૃત્યુ સખ્યાનું પ્રમાણ સેંકડે પંદરનું આવે છે. ત્યારે ઇસ્પિ-તાલમાં શીઘ્ર પ્રસવ કરાવવાને પરિણામે એજ પ્રમાણ સેંકડે ૩૦નું આવે છે. માટે કુદરત તથા સ્વભાવ પર આધાર રાખવો એજ આ રોગમાં હિતકર છે. સારો ને અનુભવી દાક્તર આ બાબતમાં કદી આ બે વસ્તુને તજી બીજા ભળતા પ્રયત્નો કરશે નહિ.

(૪) આ રોગમાં નીચે લખેલી હાલત ઉપર મૃત્યુ આધાર રાખે છે.

(ક) સ્પર્શજનિત દોષ હોય. (Sepsis)

(ખ) ન્યુમોનિઆ હોય. (Hypostatic Pneumonia)

(ગ) વધારે પ્રમાણમાં તાવ હોય (High fever)
(ઘ) કમળો (Jaundice) હોય.
(ડ) મૂત્ર બંધ પડી ગયુ હોય (Anuria)
(ચ) વારંવાર તાણ આવતું હોય
(છ) સંતાન આવ્યા પછી તાણ આવે તો સાધારણ રીતે અવસ્થા ભયંકર માનવી.

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન બીજાં અસ્વાભાવિક લક્ષણો અને તેના ઉપાયો —

૧. આંખે અંધારાં આવવા અગર પ્રકાશ દેખાવો:— ગર્ભિણીમા લોહી ઓછુ હોય, મેલેરિયા, જ્વર, પેટપીડ, પેસાબનો દોષ વગેરે નાના પ્રકારના રોગ હોય અને તેને લીધે તે દુર્બળ બની ગઇ હોય તો આ દુર્બલતાને ખાતર તેની આંખે અંધારાં આવે છે. અગર આંખે રાતો પીળો ક્રમશ જુએ છે માટે આવે વખતે ઉપલા રોગ દૂર કરવાના ઉપચાર કરવા. શક્તિ આવતા જ આ રોગ દૂર થઈ જશે અને સ્વાભાવિક દૃષ્ટિશક્તિ પ્રાપ્ત થશે.

૨. કમળો —આંખ મોં પીળાશ પડતા રંગનાં બની જાય, પેટમાં દુ:ખાવો થાય.

ગર્ભને લીધે ગર્ભાશય ક્રમે ક્રમે વધતું જાય છે અને તેથી કાળજા પર તેનું દબાણ થાય છે કાળજામાની પિત્તની થેલીની નળી ઉપર દબાણ થવાથી આ સ્થિતિ થાય છે આ સ્થિતિનો નિકાલ પ્રસવ થયા બાદ આપોઆપ આવી જાય છે અને તેમાં કંઈ ખાસ સારવારની જરૂર પડતી નથી

૩. ઊંઘ અગર અનિદ્રા·—ગર્ભિણીના શરીરમાં સંતાનની વૃદ્ધિ થતાં તેને લીધે એક પ્રકારનું ઝેર પેદા થાય છે એ ઝેર ધીમે ધીમે લોહીની સાથે ભળતું જણાય છે અને તેની અસર શરીર પર થતાં કાં તો ગર્ભિણીની ઊંઘ વધે છે અગર તો તેની ઊંઘનો નાશ થાય છે

ઝાડો પેશાબ નિયમિત થાય અને ખોરાક સહેલાઈથી પચે તેવી વ્યવસ્થા કરવાથી આ રોગ એની મેળે જતો રહે છે.

૪. ચાલતાં ફરતાં હાંફી જવું:—આ કેવળ નિર્બળતાનું લક્ષણ છે. ગર્ભાશયની વૃદ્ધિ થતાં તેના ઉપરનાં બધાં અંગો ઉપર દબાણ પડવાથી સામાન્ય પરિશ્રમ કરવાથી થાક ચઢે છે અને તેથી હાંફી જવાય છે. આ રોગમાં ખાસ દવાની કઈજ જરૂર નથી

૫ લોહીનું ઓછાપણું:—વધારે પડતો રક્તસ્રાવ, મેલેરિયા, પેટપીડ અને પેશાબના રોગને લીધે આ રોગ લાગુ પડે છે. આ રોગને લીધે મોં, આંખ, ઓઠ, ગાલ વગેરે પર ફિકાશ ફરી વળે છે. હાથ, પગ, આંખ, મોં પર સોજા ચઢે છે અને હાથપગ હલાવ-વાથી હાંફી જવાય છે આ રોગની વૃદ્ધિ વધારે પ્રમાણમાં થાય તો પ્રસવ થયા પહેલાં અથવા પ્રસવ થયા પછી તરત ગર્ભિણી મરી જાય એવા સંભવો ઉભા થાય છે, એ માટે આંખ, મોં, ફિકાં દેખાય કે તરત કોઈ સારા દાક્તરને બતાવી તેની દવા કરાવવી એજ ઉત્તમ છે.

લગભગ બધી ગર્ભિણીઓનો રંગ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન ફીકો પડે છે. કારણ કે એ હાલત દરમિયાન લોહીમાં પાણીનો ભાગ વધારે હોય છે. એ ખાતર ઘણા લોકો ફિકાશને સ્વભાવિક માની બેસી રહે છે. પરંતુ આનો વખતસર પ્રતિકાર કરવામાં ન આવે તો ભારે અનિષ્ટ નિપજાવે છે એ વાત ખાસ ધ્યાનમા રાખવાની છે.

૬ પેટમાં છોકરૂં ફરકતું ન હોય:—ગર્ભમાનું સતાન (ભ્રૂણ) મૃત્યુ પામે તો તેનું ફરકવુ બધ પડી જાય છે. આવી સ્થિતિમાં સારા અનુભવી દાક્તરની સલાહ લેવી હિતકારક છે

ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન લાગુ પડતા ચેપી રોગો:—

ગર્ભ રહ્યા પછી ભ્રૂણ વૃદ્ધિ પામતું જાય તે દરમિયાન ગર્ભિણીની સ્વાભાવિક રોગ અટકાવવાની શક્તિ ઓછી થઈ જાય છે. એ માટે

આવી પડવાનો સંભવ છે. માટે દાયણે દરેક કાર્ય બહુ જ સાવચેતીથી અને શાંત ચિત્તે કરવું જોઇએ.

પ્રભુની લીલા એવી મહાન છે કે બાળક જન્મે તે પહેલા તેને કોઈ પણ પ્રકારનું અનિષ્ટ ન થાય તેની વ્યવસ્થા આપોઆપ થઈ જાય છે. પરંતુ મનુષ્ય એટલા બધાં આળવીતરાં હોય છે કે પોતાનું દોઢ ડહાપણ વાપરી હાથે કરીને નાના પ્રકારના રોગો પેદા કરે છે. આથી જ સ્પર્શ દોષથી પેદા થએલા કેટલાક રોગો સંતાન જન્મે તે પહેલાં જ ફેલાયેલા માલમ પડે છે. કેટલીક વેળા એ રોગો એવા ભયંકર હોય છે કે તેથી સંતાનનું જીવન ભયમાં આવી પડે છે. જો ધારે તો માતાપિતા સાવચેતી રાખી આવા વ્યાધિના પંજામાંથી પોતાનાં બાળકોને અનાયાસે બચાવી લેવા શક્તિમાન બને.

(૧) ગરમી, ચાંદી અને પ્રમેહ કે ગોનોરિયાના રોગના જંતુઓ માતાના યોનિમાર્ગમાં સતત રહ્યા કરે છે. પ્રસવ સમયે એ જંતુ બાળકના શરીરને લાગુ પડે છે. માટે જો માતા આવા રોગથી પીડાતી હોય તેણે પ્રસવકાળ ઉપસ્થિત થાય તે પહેલાં સાવચેતી રાખી કોઈ સારા દાક્તરની સલાહ લઈ તે કહે તે પ્રમાણે વર્તવું.

(૨) યોનિદ્વારમાં નાના પ્રકારના દુષિત સ્રાવ, જેવો કે પીળા રંગના ગળફા વગેરે થતા હોય તો ખાસ સાવચેતી રાખવાની જરૂર પડે છે.

(૩) દાયણની બેદરકારીને લીધે કેટલીક વાર સંતાનને નુકશાન થાય છે. હાથ પરનો મેલ સંપૂર્ણ દૂર ન થાય ત્યાં સુધી પ્રસવ માર્ગમાં આંગળીદ્વારા તપાસણી થઇ શકે જ નહિ. એ રીતે પણ કોઈ ચેપી રોગનાં જંતુ બાળકના શરીરને લાગે છે.

(૪) પ્રસવ વખતે કોઈ યંત્ર અગર ઓજારની જરૂર પડે તો તે ઓજારમાં ઓછી પરથી વીસ મિનિટ ઉકળતા પાણીમાં રહેવ

દેવું જોઈએ. જો તેમ ન કરવામાં આવે તો એ યંત્ર કે અસ્ત્રદ્વારા દુષિત રોગનાં બીજ પ્રસુતિના શરીરમાં ફેલાય છે અને તે દ્વારા તેના જીવનનો નાશ થાય છે.

(૫) યોનિદ્વારમાં જો કોઈ પ્રકારનો દુષિત સ્રાવ વળગી રહ્યો હોય અને તે બરાબર સાફ થયો ન હોય તો એ દુષિત પદાર્થ દાયણ અગર દાક્તરની આંગળી કે અસ્ત્રદ્વારા પ્રસવમાર્ગમાં અને ગર્ભાશયમાં પેસવાનો પુરેપૂરો સભવ રહે છે. આવી સ્થિતિમાં કેટલીક વેળા દાયણ અને દાક્તરને પણ સહન કરવું પડે છે.

(૬) અસ્વચ્છતા ખાતર જ સુતિકાગૃહમાં પ્રસુતિ પ્રાણનાશક દુષિત જ્વર અગર ધનુર્વામાં સપડાઇ પોતાના જીવનનો નાશ કરે છે.

ઉપલાં કારણો દૂર કરવા માટે નીચેની વ્યવસ્થા કરવાની ખાસ જરૂર છે જેવી કે:-

(૧) ગરમી અગર પ્રમેહ હોય તો તેની બરાબર સારવાર કરવી. એ રોગ કોઈ સારા દાક્તરને બતાવી તેની દવા કરવી. નહિ તો ગર્ભસ્રાવ, રક્તસ્રાવ વગેરે નાના પ્રકારના રોગથી ગર્ભિણી અને તેના ગર્ભમાં આવી રહેલા બાળકનું જીવન નષ્ટ થવાનો પુરેપૂરો સંભવ છે.

(૨) ખાસ પ્રયોજન ન હોય તો યોનિદ્વારમાં અથવા પ્રસવ માર્ગમા કેદી હાથ નાખવો નહિ. જો ખાસ જરૂર પડે તો બહુ સારી રીતે સાબુ વડે હાથ ધોઈ જંતુઘ્ન લોશન વડે હાથ સાફ કરી સાર બાદ કાર્ય કરવુ વળી તે વખને પ્રસવદ્વાર અને માર્ગ પણ સારી રીતે જંતુઘ્ન દ્રાવણના ફુશદ્વારા ધોઈ નાખવું. આટલી ક્રિયા કર્યા બાદ પોતાનો સ્વચ્છ હાથ દાયણે પ્રસુતિના યોનિમાર્ગમાં નાખવો

(૩) સુવાવડ સબંધીના કાર્યોમાં રોકાએલી દાયણોએ એ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે પોતાના હાથની સ્વચ્છતા ઉપર ગર્ભિણી અને તેના બાળકના જીવનમરણનો આધાર છે. એ ખાતર તેણે પોતાના બંને હાથ વારંવાર એન્ટિસેપ્ટિક લોશનવડે સારી રીતે ધોવા.

(૪) અસ્ત્ર અગર યંત્ર દ્વારા કંઈ પ્રસવદ્વારમાં પ્રવેશ કરાવવું હોય તો તે ઓછામાં ઓછા અરધો કલાક ઉકળતા પાણીમાં રહેવા દેવું

(૫) નીચે લખેલી સ્થિતિમાં જન્તુઘ્ન દ્રાવણ અગર લોશનદ્વારા પ્રસવદ્વાર અને માર્ગ ઉત્તમ રૂપે ડુશદ્વારા ધોવો જોઈએ એ વાત હંમેશાં યાદ રાખવી જેવી છે –

(ક) પ્રસવદ્વાર અગર માર્ગમાં જો કોઈ પણ પ્રકારના ગળફા અગર દુર્ગંધયુક્ત સ્રાવ વહેતો હોય

(ખ) જો પ્રસવવેદના ઉપસ્થિત થયા બાદ પીડા વધારે વાર ટકવાને લીધે ગર્ભિણી દુર્બળ બની જાય અને તેના પ્રસવદ્વારમાં બળતરા થવા માંડે તો ડુશ આપવાની જરૂર પડે છે સામાન્ય રીતે પ્રસવની બીજી સ્થિતિમાં આવી અવસ્થા થાય છે ત્યારે પ્રસવમાર્ગ અને દ્વાર ડુશદ્વારા ધોવા એજ ઉત્તમ માર્ગ છે

(ગ) જો કોઈ પણ સ્થિતિમાં દાયણને પ્રસવદ્વારમાં હાથ નાખવો હોય અગર અસ્ત્ર પ્રયોગ કરવાની તેને જરૂર પડે તો સંપૂર્ણ સાવચેતીના ઉપાયો લેવા અને ડુશ આપી તે કાર્ય કરવું

(ઘ) તાવ ભયંકર હોય, રાત્રે નિયમિત ઉંઘ ન આવતી હોય અને પ્રસૂતિની આંખો, મોં, ચહેરો બહુ ખરાબ દેખાતો હોય તો લાયક દાક્તરે કહ્યા પ્રમાણે ડુશનો પ્રયોગ કરવો ધનુર્વા થવાનાં કોઈ પણ લક્ષણ માલમ પડે તો તરત જ સારા દાક્તરની સારવાર સ્વીકારવી

પ્રસવ બાદ કઈ કઈ સ્થિતિમાં ડુશનો પ્રયોગ કરવાની જરૂર પડે છે? –

(૧) જો પ્રસવદ્વારમાં હાથ નાખ્યો હોય અગર કોઈ પ્રકારનું યંત્ર અસ્ત્ર વાપર્યું હોય

(૨) જો ગર્ભમાંનું સંતાન અગર ફૂલ અથવા સંતાન પછા પેાછીનું અંદરનું પાણી દુષિત અથવા દુર્ગંધ યુક્ત હોય.

(૩) ગર્ભાશયમાંથી જો કોઈ પ્રકારનો દુષિત સ્રાવ થતો જણાય.

(૪) પ્રસવ બાદ જે સ્વાભાવિક સ્રાવ થાય છે તે દુર્ગંધ યુક્ત હોય.

ડુશને માટે દ્રાવણ અગર લેાશન તૈયાર કરવાના નિયમો:—

(૧) સામાન્ય રીતે ઉનું ઉકળેલું પાણી જે ઓછામાં ઓછા અર્ધા કલાક સુધી ઉકળ્યું હોય અને તેની ગરમી ૧૦૦° ફેરનહીટ જેટલી હોય તે વાપરવામાં આવે છે. પરંતુ ગર્ભાશયમાંના લોહીનો સ્રાવ બંધ કરવો હોય તો મંત્રદ્વારા પ્રસવદ્વાર અને માર્ગ તથા બહારની ચામડીને કોઈપણ પ્રકારનું અનિષ્ટ ન થાય એવી વ્યવસ્થા કરી ૧૨૦° ફેરનહીટ ગરમીવાળું પાણી વાપરવું.

(૨) પોટાશ પર મેંગનેટ, લાઇસોલ, ટિંચર આયોડિન, સાઇલિન વગેરે વિશોધન દ્રવ્યનાં દ્રાવણ વાપરી શકાય છે. તે તૈયાર કરવાની રીત નીચે આપવામાં આવે છે.

(ક) સાઇલિન (Cyllin) લેાશન ૧ ગેલન પાણીમાં ½ ઔંસ એ માત્રામાં વાપરવું. (ખ) લાઇસોલ (Lysol) એક ગેલન પાણીમાં ૧½ ઔંસ એ પ્રમાણમાં વાપરવુ (ગ) આયોડિન (Iodin) એક પાઇન્ટ એટલે સવા શેર પાણીમાં ½ ડ્રામ વાપરવું. આ દ્રાવણોમાંનાં કોઈપણ યેાનિદ્વાર અગર ગર્ભાશયનો અંદરનો ભાગ સાફ કરવા માટે વાપરવામાં આવે છે.

ડુશનો ઉપયોગ:—

ડુશ એટલે રબરની નળીવાળું એક ટિન અગર કાચનું લાંબુ પાત્ર. એ પાત્રને ૩ થી ૪ ફૂટ લાંબી રબરની નળી લગાડવામાં આવેલી હોય છે. આ નળીનો છેડો ગુદદ્વાર કે યેાનિદ્વારમાં પ્રવેશ કરાવવા માટે તેને છેડે એકાદ નાની ટોટી જોડેલી હોય છે એ ટોટી

કાચની અગર સહેલથી અંદર પેસી શકે તેવા બીજા કોઈ પદાર્થની બનાવેલી હોય છે તોપણ મળદ્વારમા પ્રવેશ કરાવવા માટેની ટોટી એ કરતાં મોટી અને વાંકી હોય છે આ ડુશ વાપરતાં પહેલા ને પછી બધું સ્વચ્છ કરી રાખવુ જોઇએ ડુશમાં ખૂબ ગરમ લોશન નાખી નળીદ્વારા વહેવા દેવાથી નળીમાંનો મેલ ધોવાય જાય છે. ગર્ભાશયમા ડુશ મારવુ હોય તો ડુશ વાપરવાના બધા સાધનો ઉકળતા પાણીદ્વારા સાફ કરવા જોઇએ પ્રત્યેક દાયણે આ, એકાદ સાથે રાખવાની જરૂર છે

(૧) ઝાડો કરાવવા માટે જે ડુશની વ્યવસ્થા કરવામા આવે છે તે નીચે લખ્યા પ્રમાણે તૈયાર કરવામાં આવે છે—

ઉકળતા ગરમ પાણીની ૧૦૦ ડિગ્રી જેટલી ગરમી થાય એટલે સાબુ વડે તેમાં ખૂબ ફીણ ઉત્પન્ન કરવા આવી સ્થિતિમાં રોગીને ડાબે પડખે સુવાડી નળીને છેડે સહેજ વેસેલિન કે તેલ ચોપડવુ પછી ગુહ્યદ્વારમા તેનો પ્રવેશ કરાવી સહેજ ડાબી બાજુએ રાખવુ ઓછામાં ઓછુ વીસ ઔંસ કે એક પાઈન્ટ સાબુનુ પાણી આંતરડાના નીચલા ભાગમા પ્રવેશ કરાવવુ પછી રૂમાલ દ્વારા ગુહ્યદ્વાર દબાવી રાખી નળી બહાર કાઢી લેવી થોડી વાર આ સ્થિતિમા રહેવા દેવાથી પાણી સાથે મળ વગેરે બહાર નિકળી જશે ને આતરડું સાફ થઇ જશે

(૨) યોનીદ્વાર અગર ગર્ભાશયમાં ડુશ આપવાની રીત—

દાયણે હમેશાં યાદ રાખવુ કે સ્વાભાવિક પ્રસવ વખતે ખાસ જરૂર ન હોય તો કદી ડુશનો પ્રયોગ કરવો નહિ અનુભવી દાક્તર હાજર હોય તો તેની સલાહ મુજબ તેણે વર્તવાનુ છે જો તે હાજર ન હોય તો આ બાબતમાં તેણે પોતાની જવાબદારી પુરેપૂરી સમજી કાર્ય કરવાનુ છે દુનિયા પર જે જે મોટાં પ્રસુતિગૃહો આવી રહ્યાં છે, ત્યા સર્વત્ર એમ જોવામાં આવે છે કે ત્યાંના દાક્તરો સ્વાભાવિક પ્રસવ પહેલાં અને પછી નગમો ડુશ

દેવાના કાર્યને નિંદાયોગ્ય કાર્ય ગણે છે. કારણ કે એ કાર્ય હમેશાં વિપત્તિજનક હોય છે. જો પ્રસવદ્વારની આગળ કોઈ દુષિત ઘા, કિંવા કોઈ પ્રકારનું પરૂ જોવામાં આવે તો આવી સ્થિતિમાં ડુશ આપવાની જરૂર છતાં એ દુષિત ઘા અથવા પરૂમાંથી કોઈ પણ પ્રકારનો ચેપ આગળ ન ફેલાય તે બાબત પુરતી સભાળ લેવાની જરૂર પડે છે

નીચે લખેલી સ્થિતિમાં પ્રસવવેદના ઉપસ્થિત થાય તે પહેલાં ડુશ આપવાની જરૂર પડે છે–

(૧) જો પ્રસુતિને બીજો કોઇ પણ પ્રકારનો અસ્ત્રોપચાર કરવાની જરૂર પડે.

(૨) જો યોનિમાર્ગમાંથી અથવા ગર્ભાશયમાંથી કોઈ પણ પ્રકારનો દુષિત સ્રાવ થતો હોય.

(૩) જો પ્રસવની બીજી સ્થિતિ લાંબી મુદ્દત સુધી ટકે અને બાળકની થેલીની અંદરનું પાણી (Liq ammonii) બહાર આવવા માટે અગર તે કોઈ પણ પ્રકારે સડી ગયાવા માટે

પ્રસવ બાદ પ્રતિબંધક ડુશ વાપરવાના નિયમો:—

પ્રસવ પહેલા ડુશ વાપરવાની પ્રથા જેટલી નિંદ્ય છે તેટલી જ બલ્કે તેથી પણ વધારે પ્રસવ બાદ ડુશ વાપરવાની પ્રથા નિંદનીય છે એ ખાસ યાદ રાખવું પ્રસવ વખતે કોઈપણ પ્રકારનાં દુષિત દ્રવ્યો યોનિમાર્ગમાં હોય તો તે ગર્ભાશયમાંના બાળકની થેલીના પાણીથી ધોવાઈ જાય છે અને ફૂલ પડતી વેળા જે સ્વાભાવિક રક્તસ્રાવ થાય છે તે દ્વારા સાફ થઈ જાય છે આ માટે પ્રસવ બાદ ડુશ દેવાની સાધારણ રીતે કઈજ જરૂર પડતી નથી જો કે કોઈ કોઈ ખાસ સ્થિતિમાં ડુશ દેવાની જરૂર પડે છે. પરંતુ એવે વખતે આ ક્રિયાને અતિશય મોટા ઓપરેશન જેવું માની બને તેટલી સાવચેતી રાખી કામ કરવું

નીચે લખેલી સ્થિતિમાં પ્રસવ બાદ ડુશ આપવાની જરૂર પડે છે:—

(૧) ફૂલ બહાર કાઢવા માટે જો ગર્ભાશયમાં હાથ નાખવામાં આવ્યો હોય.

(૨) સંતાન, ફૂલ અથવા થેલીમાંનું પાણી (Liq ammonii) સડતું હોય.

(૩) ગર્ભાશયમાંથી કોઈ પ્રકારનો દુષિત સ્રાવ થતો હોય.

(૪) સુતિકાગૃહમાં કોઈપણ વખતે પ્રસુતિનો સ્વાભાવિક સ્રાવ (લોકીઅલ ડિસ્ચાર્જ) દુર્ગંધીવાળો હોય.

ઉપર પ્રમાણે ડુશ દેવાથી યોનિદ્વાર અથવા ગર્ભાશયનો અંદરનો ભાગ જંતુ વિનાનો બની જાય એ ખ્યાલ તદ્દન ભૂલભરેલો છે. કારણ કે જે જંતુઘ્ન દ્રાવણદ્વારા અંદરનો ભાગ ધોવામાં આવે છે તે તરતજ પાછું બહાર નીકળી જાય છે. તેને અંદર રહેવાનો એટલો સમય મળતો નથી કે જેથી અંદરના જંતુ મરી જાય. દ્રાવણના પ્રવાહના વેગ સાથે માત્ર જંતુઓ બહાર ઘસડાઈ આવે છે એટલું જ. વળી એ દ્રાવણમાં જેટલા પ્રમાણમાં જતુઘ્ન દ્રવ્ય વાપરવામાં આવ્યું હોય છે તેથી કેવળ તે પાણીને જ શુદ્ધ બનાવે છે. માટે કોઈ પણ સ્થિતિમાં ગર્ભાશયમાં હાથ, યંત્ર કે હથિયાર પ્રવેશ કરાવવું હોય તો અતિશય સાવચેતી રાખી ડુશ આપવાની વ્યવસ્થા કરવી.

ગર્ભાશયમાં ડુશ વાપરવાની રીતઃ—

(૧) પહેલાં યોનીદ્વારની આજુબાજુનો ભાગ પણ બહુજ સારી રીતે સાબુના પાણીદ્વારા ઘસી ચોકખો કરી લેવો.

(૨) યોનીમાર્ગ બહુજ સારી રીતે ક્રિયોલિન કે લાયસૉલ લોશનથી ધોવો. ત્યારબાદ એક ટુકડો સાબુ હાથમાં લઈ આંગળા દ્વારા સાફ કરવો અને પછી ડુશની મદદથી એ માર્ગ ઉત્તમ રીતે ધોઈ નાખવો.

(૩) ઉપલી રીતે સ્વચ્છતા જાળવ્યા બાદ અતિ સાવચેતીથી ગર્ભાશય માટેની નળી ડુશના ટિનને લગાડી ટોટીને ગર્ભાશયમાં પ્રવેશ કરાવવો. આ પહેલાં ડુશનાં સાધનો બહુજ સંભાળ રાખી ગરમ, ઉકળતા પાણીમાં સ્વચ્છ કરી, તેને જંતુઘ્ન લોશન વડે સાફ કરવાં. પછી લોશનનો પ્રવાહ છોડવો અને એ પ્રવાહિત સ્થિતિમાં જ ટોટી ગર્ભાશયમાં દાખલ કરવી. કોઈ પણ પ્રકારનો ઘા ન થાય તે તરફ ખાસ લક્ષ આપવું.

જો સ્પેકુલમ યંત્ર ન વાપરતાં અતિ ગરમ પાણી વડે ગર્ભાશયના ઘા ધોવામાં આવે તો એ પાણી પ્રવાહિત થઈ પ્રસવદ્વાર અને તેની આજુબાજુ આવેલી ચામડીને દઝાડી તેના પર ફોલ્લા પેદા કરે છે. આવી બેદરકારી રાખનાર દાયણ કે દાક્તર શિક્ષાપાત્ર ગણાય છે. માટે આ બધી બાબતનો વિચાર કરી દાયણ કે દાક્તરે વર્તવાની જરૂર છે.

૧૪

ગર્ભાવસ્થામાંની સ્થિતિ, સમય અને પ્રસવના દિવસોનો નિર્ણય

પૂર્ણ ગર્ભાવસ્થા સાધારણ રીતે ૨૮૦ દિવસ સ્થાયી રહે છે. ગર્ભ રહ્યાની શરુઆતથી આ દિવસોની ગણતરી કરવામાં આવે છે. પરંતુ ગર્ભ બરાબર કઇ તારીખે રહ્યો તે દિવસ નક્કી કરવાનું કામ કઠણ હોવાથી તે માટે બીજી પદ્ધતિ મુજબ વર્તવાની જરૂર પડે છે. તે પદ્ધતિ નીચે મુજબ છે.—

(૧) છેલ્લી વારે ઋતુસ્રાવ થયો હોય તેના પહેલા દિવસ સાથે ૭ દિવસ ભેળવી ત્યારથી ત્રણ માસ પાછા ગણતાં જે તારીખ મળી

આવે, તે માસની તે તારીખ ગર્ભિણીને માટે પ્રસવ થવાનો સંભવિત દિવસ ગણાય. આ ગણતરીથી પ્રસવની એકંદર સરેરાશ તારીખ મળી આવે છે. કદી તે તારીખથી એકાદ અઠવાડિયું વેલા-મોડું થાય એટલું જ.

(૨) ગર્ભિણીના પેટમાં જે દિવસે પ્રથમ ભ્રૂણનું ફરકવું શરૂ થાય તે દિવસથી ૨૨ અઠવાડિયા બાદ કોઈ પણ તિથિએ સંતાનનો પ્રસવ થાય છે એટલે ચતુર ગર્ભિણી પોતે આ બાબતનો બરાબર નિર્ણય કરી શકે છે સામાન્ય રીતે ૪ થી ૪।। માસનો ગર્ભ થાય એટલે ફરકવાનું શરૂ થાય છે

(૩) પેડુની ઉંચાઈ પરથી પ્રસવના દિવસની ગણતરી –ડુંટીની સમાન્તર પેટ ઊંચુ થયું હોય તો ગર્ભને ૭ માસ લગભગ પૂરા થવા આવ્યા છે એમ કહી શકાય. અને એ રીતે પ્રસવનો દિવસ નક્કી કહી શકાય

૧૫

પ્રસવ પૂર્વે શું કરવું જોઇએ ?

(૧) ગર્ભિણી જે ઓરડામા પ્રસવ કરવાની હોય, તે ઓરડો સારી રીતે, તૈયાર કરી રાખવો. કારણ કે પ્રસૂતિગૃહના દોષથી જ ઘણી ગર્ભિણીઓ તથા તેના ક્રમમાં બચ્ચા નાશ પામે છે પ્રસૂતિ અને બાળકના હિત ખાતર મકાનમાં જે સૌથી સારો, લાંબો, પહોળો, (ઓછામાં ઓછા દશ હાથથી ઓછી લંબાઈ પહોળાઇ હોવી જોઈએ નહિ) ઓરડો પસંદ કરવો. તેની બારીઓ એવી રીતે હોવી જોઈએ કે પ્રસવ ને હવા તેમાં છૂટથી આવ જા કરી શકે, છતાં હવાનો સપાટો ગર્ભિણી કે બાળકના શરીર ઉપર ન લાગે. ઓરડાનું ભોંયતળિયું

અતિશય સુકાએલું હોવું જોઇએ. પાણી ઢોળાય તો તરત ચાલ્યું જાય એવી ખાળ વગેરેની વ્યવસ્થા હોવી જોઈએ. આજુબાજુ કોઈ પ્રકારની ગંદકી ખાસ કરીને ગાયો બાંધવાની કોઢ કે તબેલો હોવો જોઈએ નહિ. કારણકે આવા તબેલામાં ધનુર્વાનાં જંતુઓ મોટા પ્રમાણમાં વાસો કરી રહ્યાં હોય છે અને તે પ્રસૂતિને અને બાળકને લાગુ પડતાં વાર લાગતી નથી. પાકુ મકાન હોય તો પ્રસવ પહેલાં તેને ધોળાવી નાખવું. વાંસ અને છાપરાનું બાંધેલુ હોય તો રસકપૂરના પાણીથી (Lotion Hydrarg Perchloride 1 in 5000) પીચકારી વડે સાફ કરવું; બ્લિચિંગ પાવડર અથવા પરકલોરન જાતના પદાર્થ દ્વારા પણ આ કાર્ય થઈ શકે. ઓરડાની અંદર વગર ખપની કોઈ પણ ચીજ રાખવી નહિ. ભોંય પર સાદડી પાથરી સુવાડવાની ગોઠવણ કદી કરવી નહિ. કારણકે કેવળ શરદી લાગવાથી ઘણી ગર્ભિણીઓ અને બાળકોને તાવ, ઉધરસ વગેરે લાગુ પડે છે અને કેટલાક રોગ એવા લાગુ પડે છે કે તે જિંદગી સુધી જતા નથી. એકાદ ખાટલો આ વખતે અવશ્ય વસાવવો જોઇએ અને પ્રસૂતિને તેના પરજ સુવાડવાનું ધ્યાનમાં રાખવુ.

(૨) બિછાનાનાં કપડાં વગેરે બધું ઉકળતા પાણીમાં સારી રીતે બોળી રાખવું જોઈએ અને પછી તડકામાં બરાબર તપે તેટલું સુકાવા દેવું. જે ઓરડામા પ્રસૂતિ થવાની હોય તે ઓરડામાં અગાઉ કોઈ બાળક કે ગર્ભિણી ધનુર્વાથી મરી ગઈ હોય તો તે ઓરડામાંની પ્રત્યેક ચીજ અને પથારીની વસ્તુઓ બરાબર ઉકળતા પાણીમાં સ્વચ્છ કરવાનું ધ્યાનમાં રાખવુ. બિછાનું સખત તાપદ્વારા બરાબર સુકાઇ જાય પછી તેને એજ રીતે સ્વચ્છ કરેલાં કપડામાં વીંટી રાખવું. ઓરડાની દિવાલ અને ભોંય પણ રસકપૂરના લોશનથી ધોઈ નાખવી.

(૩) ગામડામાં અને શહેરોમાં વસતા મોટા વર્ગમાં એવી

માન્યતા ફેલાઇ રહી છે કે પ્રસૂતિને અડકવાથી અભડાઈ જવાય. આ માન્યતા એટલી હદ સુધી સ્ત્રીવર્ગની નસેનસમાં ઉતરી ગઈ છે કે મા, સાસુ કે નણંદ અધર્મ માની સુવાવડીને કોઇ પણ જાતની અડકીને કરવા જેવી મદદ કરવામાં પાછાં પડે છે. આ બાબતમાં તેઓને ખરી કેળવણી આપી, આ પ્રસગની ગંભીરતાનો બરાબર ખ્યાલ આપવાની જરૂર છે જે પ્રસુતિ અને તેના બાળકના ભલા માટે તેઓ જવાબદાર છે તેને મદદ કરવાથી તો ધર્મ થાય છે અધર્મ નહિ, એ વાત તેમને બરાબર ઠસાવવાની જરૂર છે એકાદ ગામડીઅણુ, અણઘડ દાયણના હાથમાં પ્રસુતિને સોંપી દઈ હાંશ કરીને દુઃખ વહોરી લેવું એ કોઈ પણ રીતે ઇચ્છવા જોગ નથી.

(૪) પ્રસવ પહેલાં બાળક ને તેની માતા માટે જે કાંઈ પદાર્થ જોઈએ તે બધા હાથવગા રાખવા. પ્રસવનો દિવસ નજીક આવે એટલે નીચેની ચીજો સંઘરી રાખવી.

(૬) બાળક માટેઃ—

(૧) ખુલ્લી બાંયનું પહેરણ, લંગોટી, ગિછાનું, નાનું સરખું ઓસીકુ

(૨) પેટ બાંધવા માટે બારિજનું કપડું, ૩ અને લિન્ટ.

(૩) શરીર પર ચોળવા માટે કોપરેલ, સારી જાતનો સાબુ નં ૨ અને એક ડબો પાઉડર.

(૪) નવરાવવા માટે ૨ માટીના કે ઇનેમલ કરેલાં ટબ.

(૫) ઇનેમલ કરેલ બે મોટા પ્યાલા.

(૬) નાડી કાપવા માટે સારી જાતની એક કાતર.

(૭) નાડી બાંધવા માટે પાતળી ફીત અગર પોચું સુતર ગજ એક

(૮) ઓઇલ કલોથ ગજ બે અગર કેટલાક વર્તમાનપત્રના મોટા કાગળો.

(૯) કેટલીક સેફ્ટી પીન.

(૧૦) આંખમાં ટીપાં નાખવાની દવા.

(ખ) પ્રસૂતિને માટે

(૧) લોહી લૂછવા માટે કેટલાક સ્વચ્છ લુગડાંના ટુકડા.
(૨) પીડા સહન કરાવવા માટે મજબૂત કપડું.
(૩) પેટ બાંધવા માટે ઘડી વાળેલું કપડું અથવા બાંડેજ.
(૪) બોરિક કોટન, બોરિક ગોઝ અને બોરિક પાઉડર.
(૫) ટિંચર આયોડીન ઔંસ એક.
(૬) લાયસૉલ ઔંસ એક.
(૭) પાણી ગરમ કરવા માટે હાંડલી, ઢાંકણી સાથે.
(૮) પાણી ગરમ કરવા માટે તૈયાર સઘડી કે સ્ટવ.
(૯) કુશ, બે પ્રકારની નળીઓ સાથે.

(૧૦) પ્રસવદ્વારામાં રૂદ્વારા દબાણ કરવા માટે ફિત સાથે એક બેન્ડેજ.

(૧૧) ઓઇલ કલોથ ગજ એક.

(૫) દાયણને જરૂરીઆતની ચીજો: આ ચીજો તેની બેગમાં તૈયાર હોવી જોઈએ. (૧) એક ધાત્રિ બૉક્સમાં ઉકળતા પાણી દ્વારા કાતર વગેરે સ્વચ્છ કરવા માટે એક ઢાંકણ સાથેની ટ્રે અને સ્પિરિટ લેમ્પ દ્વારા ટુંકામાં કાર્ય પતાવવાની વ્યવસ્થા.

(૨) ટિંચર આયોડિન ઔંસ એક.

(૩) કોસ્ટિક લોશન [અધોળ પાણીમાં ૪ રતિ કોસ્ટિક નાખેલું] આંખમાં ટીપાં નાખવા માટે.

(૪) કાર્બોલિક સાબુ.
(૫) નખ કાપવાની નૂરેણી અગર બીજું કંઈ સાધન.
(૬) નખનો અંદરનો ભાગ સાફ કરવા માટે નાની પીંછી.
(૭) કુશ (બે સારી નળીઓ સાથે).

(૮) પેરિનિયમ સાંધવા માટે સોય અને દોરો.

આટલી ચીજો દાયણ પાસે હાજર જોઈએ. અને પ્રત્યેક ચતુર દાયણ કોઈપણ પ્રસૂતિ વેળા આટલી ચીજો ગણ્યા સિવાય બહાર પગ મૂકે જ નહિ.

૧૬

પ્રસવ વખતે શું કરવું જોઇએ ?

દાયણે પૂરા માસે એકવાર ગર્ભિણીની બરાબર પરીક્ષા કરી જોવી. જો કોઈપણ પ્રકારની અસ્વાભાવિક સ્થિતિ હોય તો તેણે સારા ડાક્તરની સલાહ લઈ પ્રસૂતિ કરાવવાની વ્યવસ્થા કરવી.

૧. પહેલાં તો ગર્ભિણી પેડુમાં દુઃખવાની ફરિયાદ કરે ત્યારે તે ફરિયાદ સાચી પ્રસવવેદનાની છે કે બીજી કોઇ જાતની વેદનાની છે તે બાબત બરાબર તપાસી જોવું. પ્રસવવ્યથા નીચેના ચિહ્નો પરથી જણાય છે.

(ક) પ્રસવકાળ પહેલાં એકાદ બે અઠવાડીએ પેટ ઝૂલી પડે છે. ગર્ભાશય નીચે નમી પડે છે અને તેનો ફરકાટ ઓછો થઈ જાય છે. આવી સ્થિતિમાં બાળકનું માથું પેડુમાં હાડકાં અંદર જે એક ખાડો છે તેમાં પ્રવેશ કરે છે અને તેથી તેને હલાવી શકાતું નથી. આ વાત તપાસ કરવાથી સમજી શકાય છે.

(ખ) પ્રસવવેદના હમેશાં નિયમિતપણે થયા કરે છે અને નિયમિત સમય સુધી રહે છે. ફરી ફરીને તે નિયમિત રીતે થયા કરે છે, પરંતુ બીજી ખોટી વેદનાને કોઈપણ જાતનો સમય હોતો નથી. તે કોઈપણ વખતે જોરથી થાય છે, જલદી થાય છે, થોડી વખત રહે છે,

વધારે વખત રહે છે. ટુંકામાં તે વેદનામાં કોઇપણ જાતનો ઢંગધડો હોતો નથી. ત્યારે પ્રસવવેદના એકદમ નિયમિત હોય છે.

(ગ) પ્રસવવેદના નિતંબ તરફથી શરૂ થાય છે, આગળ આવતી જાય છે અને પગ તરફ વિસ્તાર પામતી જાય છે; પરંતુ બીજી વેદના લગભગ આખું પેટ વ્યાપી રહે છે અને તેની શરૂઆત હંમેશાં ડૂંટી આગળથી થાય છે.

(ઘ) પ્રસવવેદના હંમેશાં ક્રમેક્રમે વધતી જાય છે. પરંતુ ખોટી વેદના એકદમ વધતી જાય છે. પ્રસવવેદના પ્રથમ ૨૦ થી ૨૫ મિનિટને અંતરે, પછી ૧૦ થી ૧૫ મિનિટને અંતરે અને છેવટે ૫ થી ૬ મિનિટને અંતરે ઉત્પન્ન થાય છે અને ધીમે ધીમે બે વેદના વચ્ચેનો સમય ઘટતો જઈ વેદનાનો કાળ વધતો જાય છે.

(ઙ) પ્રસવવેદનાથી ગર્ભાશયનું મોં ઉઘડી જાય છે. તેનું ગળું ધીમે ધીમે પહોળું થતું જાય છે પરંતુ બીજી વેદનાથી એ પ્રમાણે થતું નથી.

(ચ) દુશ વડે જાડો કરાવવાથી ખોટી વેદના હમેશાં ઓછી થઇ જાય છે. પરંતુ પ્રસવવેદના આવી સ્થિતિમાં ઊલટી વધે છે.

૨. પ્રસવ વેદનાની ખાત્રી થાય કે તરત નીચે લખ્યા પ્રમાણે વ્યવસ્થા કરવીઃ—

(ક) જે જે વસ્તુઓનો પ્રસવ વખતે જરૂર પડે છે તે બધી પ્રસુતિગૃહમાં લાવી ગોઠવી રાખવી.

(ખ) બહુજ ઊનું પાણી તૈયાર કરવાની સગવડ કરવી અને એ પાણીનું વાસણ ઢાંકી રાખવાનું કહેવું એમ ન કરવામાં આવે તો પાણીમાં કસ્તર પડે ને તેની સ્વચ્છતા સાચવવાનો સિદ્ધાંત ન જળવાય.

(ગ) ગર્ભિણીને સુવાડવાના ઓરડામાં ખાટલો પાથરી તે પર પથારી કરવી. તે ઉપર એક સ્વચ્છ ચાદર કમર ઉપરથી માંડીને માથા

સુધીના ભાગમાં બીછાવવી. બાકીના ભાગમાં એક ઓઇલ્કલોથ ગર્ભિણીની કમર સુધીના ભાગ સુધી બિછાવવુ.

(૫) ગર્ભિણી જેટલી વેદના સહન કરી શકે તેટલી તેને સહન કરવા દેવી. તેને સામાન્ય પ્રકારનું ઘરકામ અને હાલચાલ કરવા દેવી પરંતુ જ્યારે તેનાથી સહન ન થઇ શકે ત્યારે તેને ખાટલા પર ચત્તી સુવાડવી જો ઝાડો બરાબર ન થયો હોય તો સાબુના પાણીના ડુશ વડે મળભકાર ધોઈ નાખવો

(૬) ગર્ભિણી વેદનાથી જ્યારે બહુજ કષ્ટ પામે ત્યારે તેને ઇચ્છા-પ્રમાણે ઉંકારા કરવા દેવા પરંતુ જો એમ જાણવામાં આવે કે ગર્ભાશયનું મોં પહોળુ થયું છે અને પ્રસવ થવાને હવે વધારે વાર નથી તો તે વખતે ઉંકારા કરવામાં સંયમ પળાવી કમર પર મજબુત કપડું વીંટાળી જોરથી પકડી રાખવું ગર્ભિણીને પહેરવાનું કપડું બહુ ઢીલી રીતે પહેરાવવુ ખુલતાં જરાપણ હેરાનગતી વેઠવી ન પડે તેવુ રાખવુ ચોળી, કબજો વગેરે આ પહેલાં કાઢી રાખવાં

૭ ઓરડામાંની પથારી અને ગર્ભિણીની સર્વ પ્રકારની પવિત્રતા તરફ ખાસ નજર રાખવાની જરૂર છે. ઓરડામાંનો વાયુ પણ વિશુદ્ધ હોવાની જરૂર છે. કારણ કે વાયુદ્વારા પણ નાના પ્રકારના રોગના જંતુઓ સુવાવડી અને બાળકને નુકસાન કરે છે ધનુર્વા, સુતિકાજ્વર વગેરે ભાગ્યેજ મટે તેવા રોગો કેવળ અસ્વચ્છતામાં જ જન્મે છે. માટે બની શકે તેટલી સ્વચ્છતા જાળવવી અને શોધન કાર્ય દ્વારા બની શકે તેટલાં જંતુઓનો નાશ કરવા તત્પર રહેવું જ્યારે બાળક ગર્ભાશયમાંથી બહાર આવે છે, ત્યારે પ્રસવ માર્ગ ખુલ્લો થઈ જાય છે અને તે સમય દરમિયાન એ માર્ગે અનેક ચેપી જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થાય છે માટે આ વખતે બરાબર સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે.

રોગોના જંતુ કંઈ હવામાં જ હોય છે એમ માનવાનું નથી. પાણીમાં, ખોરાકમાં, પથારીમાં, શરીરમાં, ઘરની દિવાલો પર વગેરે સર્વત્ર તેનો વાસ છે. માટે વાયુ, જલ, કપડાં, શરીર, ઘરની દિવાલ બધું હમેશાં જંતુઘ્ન પ્રવાહી વડે સાફ કરવાની વ્યવસ્થા કરવી. વળી કેટલાક રોગો એવા છે કે જેનાં જંતુ કેવળ પડેલા ઘા દ્વારા શરીરમાં દાખલ થાય છે અને રોગ પેદા કરે છે. આ રીતે ધનુર્વાનાં જંતુઓ બાળકની નાળ કાપતી વેળા જે ઘા પડે તે દ્વારા અને માતાનું પ્રસવદ્વાર તૂટી જે ઘા પડે છે તે દ્વારા બાળક અને માતાના શરીરમાં દાખલ થવાનો સંભવ છે અને જો તેવા ઘાને જંતુઘ્ન દવા વડે બરાબર સાચવવામાં ન આવે તો આવા રોગથી બાળક અને માતા કોઈપણ રીતે બચી શકતા નથી. ગર્ભિણીના સ્વાભાવિક પ્રસવનાં ચિહ્નો નજરોનજર જોવામાં આવતાં હોય તો કદી પણ નાડી પરીક્ષા કરવી નહિ. અનાડી દાયણ આ બાબતનું શિક્ષણ પામેલી હોતી નથી અને તેથી તે સમજી શકતી નથી કે તે પોતે કેવાં ગેરવાજબી કામ વડે હમેશાં સુવાવડીને કાયમનું નુકસાન કરી બેસે છે. પ્રથમ તો બાળક જ્યારે બહાર આવે છે ત્યારે પ્રસવનો માર્ગ પહોળો થાય છે અને તેના માથાના દબાણથી પ્રસવમાર્ગ ખુલી જાય છે. વળી બાળક જન્મતી વેળા પ્રસવદ્વાર ફાટી જાય છે અને એ માર્ગમાં બે જગાએ ફાટ પડી ઘા પડે છે. આ સ્થિતિમાં નાના પ્રકારના ચેપી રોગનાં જંતુ એ ઘા દ્વારા શરીરનાં પ્રવેશ કરે છે. બીજું એ કે ગામડિયણ દાયણના અસ્વચ્છ હાથ અને નખમાં બહુ પ્રકારના રોગના જંતુ ભર્યાં હોય એ સ્વાભાવિક છે. એ કારણે પણ સ્વાભાવિક પ્રસવ વખતે એ પ્રસવમાર્ગમાં અથવા દ્વારમાં કોઈ પ્રકારના દુષિત પદાર્થ સાથે હાથ અગર હથિયાર પ્રવેશાવવું નહિ એજ હિતકર છે. બહુ જ સાવચેતીપૂર્વક પણ અનાડી દાયણને કદીપણ યોનિમાર્ગમાં હાથ નાખવા દેવો નહિ. દાયણોની બેદરકારીને લીધે કેટલીય સુવાવડી સ્ત્રીઓને તાવ આવે છે. બાળકની નાળ પાકે છે. કોઈ કોઈ સ્ત્રી આને લીધે હંમેશાં રોગી

બને છે તો કોઈ હમેશને માટે વધ્યા બને છે આવા આવા અનેક નુકશાનો અણસમજુ દાયણની સામાન્ય ભૂલને માટે ભોગવવા પડે છે એકલા કલકત્તા શહેરમા દર વરસે લગભગ પાચસોથી વધારે ગર્ભિણીઓ આવા ચેપી રોગોથી મરણ પામે છે તો પછી આખા હિંદુસ્તાનની વાત શી કરવી? જે જે ગર્ભિણીઓની સુવાવડ ઈસ્પિતાલોમા કરાવવામા આવે છે તેના ૫૦–૬૦ વર્ષના અનુભવ પરથી જણાયુ છે કે જે જે ગર્ભિણીઓને સ્વાભાવિક પ્રસવ કરાવવામા આવ્યો છે તેને આવા ચેપી રોગો મુદ્દલ લાગુ પડ્યા નથી પરતુ જે રોગી, દાયણને બતાવ્યા પછી ત્યાં આવે છે તેમને સુતિકાજ્વર લાગુ પડતો જોવામા આવ્યો છે આ બાબતમા કેવળ નિયમ અને અભ્યાસ જ રાખવાની જરૂર છે આમા કઇ મોટી ધાડ મારવાની નથી કઈ કોઈ ખાસ પ્રકારની તરકીબ દર્શાવવાની જરૂર પડતી નથી કેવળ સ્વચ્છતા, કેવળ કુદરતનું અનુસરણ, આ સિવાય બીજુ કઈજ નથી પવિત્રતા ને સ્વચ્છતા એ જે ધર્મમા હાડોહાડ ઉતરી ગયા છે સ્વચ્છતા ખાતર જે માણસો દિવસમા એક કરતા વધારે વાર ભર શિઆળામા પણ નહાવા તૈયાર થાય છે તેઓ પ્રસવગૃહમા અભડાઇ જવાની બીકથી કેવળ સ્વચ્છતા જાળવવાનું પવિત્ર કાર્ય કરતા પણ ડરે છે આથી વધારે અધ પતન બીજુ કયુ હોઈ શકે! જે દેશમાં સુવાવડીના ખાટલા નીચે પડેલો મુંજો શારીરિક અશક્તિથી દુર્બળ થએલી સુવાવડી સિવાય બીજુ કોઈ કાઢવા તૈયાર ન થાય એ દેશમા સુવાવડી અને બાળકના મૃત્યુનું પ્રમાણ ભયંકર રીતે વધતું જાય એમા કઇ નવાઈ નથી

૪ પ્રસવદ્વારનો પાછનો ભાગ જ્યારે સતાનના માથાનું દબાણ વધી પડે છે ત્યારે અકસ્માત ચિરાઈ જાય એ સ્વાભાવિક છે માટે દાયણે પ્રસવ વખતે એ સ્થળે પોતાનો હાથ એવી તરકીબથી રાખવો કે પીડા વખતે સહેજ દબાણ કરવાથી આ પાછલો ભાગ જેને અંગ્રેજીમાં "પેરેનિયમ" ના નામથી ઓળખવામા આવે છે તે ચિરાઇ ન જાય,

૧૭
પ્રસવ વખતે કયા ઉપાયો વડે ચેપી રોગ અટકાવી શકાય ?–

આ પ્રશ્નના જવાબમાં ફક્ત એટલું જ કહી શકાય કે જે સ્થિતિમાં રોગનાં જંતુ શરીરમાં પ્રવેશ કરે છે તે સ્થિતિમાં જ એવા ઉપાયો લેવા કે જેથી એ જંતુઓનો નાશ થાય. સામાન્ય રીતે એવા ચેપી રોગનાં જંતુઓ ત્રણ રીતે શરીર પર આક્રમણ કરે છે.

(૧) ચેપી રોગનાં જંતુ આપણા અસ્વચ્છ હાથ કે અસ્વચ્છ હથિયારો વડે અંદર પ્રવેશ કરે છે. માટે આ સમયે એમાંનું કંઈ વાપરવું પડે તો નખ કાપી નાખવા, હાથ સારી રીતે સાબુ કે બ્રશ દ્વારા ઘસી નાખી રસકપૂરના પાણીમાં ત્રણથી ચાર મિનિટ બોળી રાખવા. કોઈપણ જાતના ચેપી રોગથી પીડાતા રોગીની તપાસ કરી આવ્યા પછી નાહી લેવું અને હાથ લોશનથી ધોઈ સ્વચ્છ ધોએલાં કપડાં પહેરી લેવાં. પહેરણ અગર કોટની બાંય કોણી ઉપર ચઢાવી દેવી અને પછી હાથ સારી રીતે સ્વચ્છ કરી પ્રસવ કાર્ય પર હાજર થવું. હાથ પર એવી રીતે સાબુ ઘસવો કે જેથી તેલની અસર રહે નહિ. વળી કોઈ પણ પ્રકારનું તેલ વાપરવું નહિ. ગામડામાં દાયણો જે તેલ વાપરે છે તે તેલની તપાસ કરતાં તેમાં ઘણાં જંતુઓ માલમ પડ્યાં છે. એ જંતુઓમાંનાં કેટલાંક તો ખાસ ચેપી રોગ ઉત્પન્ન કરવામાં સહાયભૂત થાય છે. એ ખાતર કોઈપણ પ્રકારનું તેલ વાપરવું એ સારૂં નથી.

(૨) હથિયારો વગેરે શુદ્ધ કરવામાં ન આવે તો ગર્ભાશયમાં રોગનાં જંતુ પ્રવેશ કરે છે. માટે પ્રત્યેક વાપરવાનું હથિયાર ઉકળતા પાણીમાં રાખી શુદ્ધ કરી લેવું અને તે પછી વાપરવું.

(૩) ગર્ભિણીના પ્રસવ માર્ગમાં કોઈપણ પ્રકારના ચેપી રોગનાં જંતુ અગાઉથી પેસી ચૂક્યાં હોય અથવા પ્રસવકાળ વખતે બેદરકારીથી પ્રવેશ કરે તો ખાસ નુકશાન થવાનો સંભવ છે. માટે પ્રસવ માર્ગમાં કોઈપણ પ્રકારનો દુષિત સ્રાવ થતો હોય અગર ઉપલાં કારણો સબબ તે માર્ગ દુષિત થાય તો ડુશના પ્રયોગ વડે પ્રસવ માર્ગ વિશુદ્ધ બનાવી લેવો. પ્રસવદ્વારની આજુબાજુ જે નકામા વાળ ઉગ્યા હોય છે, તેમાં અનેક પ્રકારનાં જંતુઓ હોઈ શકે. માટે સાબુવતી પક્ષાળી તેને સાફ કરી નાખવા એ ઉત્તમ છે. સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં કુદરતે એવી અનુકૂળતા સરજાવી છે કે યોનિમાર્ગમાં કોઈપણ પ્રકારનાં ચેપી જંતુઓ રહી શકે જ નહિ. અને એથી તેને ડુશ વડે સાફ કરવાની જરૂર પડતી જ નથી. માટે અંદરના ભાગને જેમ બને તેમ ન અડકાય તેમાં જ મઝા છે. એ વાત પ્રત્યેક દાયણે અને પ્રસુતિ વખતે હાજર રહેતી અનુભવી સ્ત્રીઓએ યાદ રાખવાની છે.

સોલ લોશન': હાથ, હથિયાર, પ્રસવમાર્ગ ધોવાને માટે, એમ તેના પર લખી રાખવું.

(૨) આયોડિન લોશન. અગાઉ કહ્યા પ્રમાણેની માત્રામાં તૈયાર રાખવું. તે લોશનનો ઉપયોગ પ્રસવમાર્ગમાં ડુશ આપવા માટે કરવામાં આવે છે.

(૩) ટિંચર આયોડિન, હાથ ધોઈ હાથ પર ચોપડી સુવાવડીના પ્રસવદ્વાર અગર બાળકની નાડી પર લગાડવા માટે.

(૪) મેથિલેટેડ સ્પિરિટ: જે પાત્રમાં પ્રસવ કરાવવાનાં સાધનો કે હથિયારો રાખવામાં આવે, તેમાં થોડોક સ્પિરિટ નાખી પાત્ર હલાવવું. પછી દીવાસળીની સળી સળગાવી તે પર ફેરવવી. આમ કરવાથી પાત્ર વિશુદ્ધ બનશે.

(૫) કૉસ્ટિક લોશન: અધોળ ગુલાબ જળમાં ૨॥ રતિ કૉસ્ટિક મેળવી કાળા કાગળ વડે શીશી બરાબર વીંટાળી તેના પર લખી રાખવું કે "બાળકની આંખમાં નાખવાનાં ટીપાં."

(૬) બોરિક લોશન: સવા શેર ઉકળતા પાણીમાં એક ઔંસ બોરિક એસિડ મિશ્ર કરી એક બોટલમાં ભરી તે પર લખી રાખવું કે "બોરિક લોશન" બાળકનું મોં, આંખ અને સુવાવડીનાં સ્તન ધોવા માટે."

૧૯

પ્રસવ વખતે પાળવાના નિયમો

૧. સુવાવડી માટે:—

(૧) પ્રસવ પહેલાં બહુ જ સારી રીતે ઝાડો સાફ આવી જવો જોઈએ. એ વખતે જુલાબ લઈ કોઠો સાફ રાખ્યો હોય તો વેદના

ઓછી થાય છે, અને પ્રસવનું દુ ખ પણ ઓછુ ભોગવવુ પડે છે આ માટે જ વેદના થવી શરૂ થાય કે તરત ચાર ચમચી કેસ્ટર ઓઈલ (એરંડિયું તેલ) પીવરાવી દેવુ, અથવા ડુશદ્વારા મળદ્વાર સાફ કરવુ

(૨) પ્રસવ વેદના શરૂ થાય કે તરત ઘરની દાયણ કે દાક્તરને ખબર આપવાની તૈયારી કરવી

(૩) દાયણ આવે કે તરત તેની આંગળી પર પહેરેલી વીંટી કે એવુ બીજુ કંઈ કઢાવી નાખવું પછી નરેણી દ્વારા તેના નખ દાબીને કાપી નાખવા કારણ કે એ નખમાં ભરાઈ રહેતા મેલમા અનેક જાતના જતુઓ માલમ પડે છે ત્યાર બાદ સાબુ અને પાણી વડે બંને હાથ ઉત્તમ રીતે ધોવરાવવા ત્યાર બાદ નવરાવી, વસ્ત્ર બદલાવી ધોએલાં અગર ઉના પાણીમા ઉકાળી સ્વચ્છ બનાવેલા સ્વચ્છ કપડા પહેરવા આપવા અનેક સ્થળે આથી બરાબર ઉલટી વ્યવસ્થા કરવામાં આવે છે અને તેથી તેના પરિણામ બહુ ખરાબ આવે છે

(૪) સુવાવડીને હમેશાં ઉત્સાહ આપવો અને તેની આગળ કોઈપણ જાતના કષ્ટાઈને પ્રસવ થયાનાં દૃષ્ટાંતો આપવા નહિ. જે કંઈ થાય છે તે બધું સ્વાભાવિક છે એવી છાપ તેના મગજ પર પાડવી.

(૫) ખાવાપીવાનુ સ્વાભાવિક રીતે જેમ ચાલતુ હોય તેમ ચાલવા દેવુ પરતુ જો કોઈ એવી રીતે વર્તવા ન ઇચ્છે તો તેને ગરમ દૂધ, ફળફળાદિ, બિસ્કુટ અને હલવો આપવો

(૬) પ્રસવ વેદના દિવસના વખતમા ઉપડે તો કા તો સુવાવડીને બેસાડી રાખવી અગર તો બને તેવુ હલકુ કામ કરવા દેવું અને ત્યા સુધી તેનું ધ્યાન બીજી દિશામા દોરી જવુ જો વેદના રાત્રે શરૂ થાય તો તેને બિછાનામાં આરામ કરવા દેવો એક વાર વેદના ઉપડી શાંત થાય ત્યારથી તે ફરી પાછી ઉપડે તે સમય દરમિયાન બને તેટલો વિશ્રામ આપવા પ્રયત્ન કરવો

(૭) પ્રસૂતિગૃહમાં વધારે માણસો રહેવા દેવાં નહિ. ત્યાં નકામી ગડબડ કરવા દેવી નહિ. ઓરડામાં પ્રકાશ ઝાંખો રાખવો. તેલની બત્તી વાપરવી એ વધારે સારૂં છે. ઉગ્ર પ્રકાશ આરામમાં આંતરો નાખે છે.

(૮) ગર્ભાશયનું મુખ સંપૂર્ણ ન ખુલે ત્યાં સુધી દાયણને ગર્ભિણીનો પ્રસવ માર્ગ તપાસવા દેવો જ નહિ. ગર્ભાશયનું મુખ ખુલ્લી જાય ત્યાર બાદ ગર્ભિણીને હાલવાચાલવા દેવી નહિ. તરત જ સ્વચ્છ ચાદર, શેતરંજી અગર લુગડાનો કકડો કે જે ધોએલા હોય તે અગર ગાદલાં પર 'ઓઇલ કલોથ' અગર 'મેકિનટૉસ' પાથરી, ગર્ભિણીને ચત્તી સુવાડવાનો બંદોબસ્ત કરવો. પછી પીડા સહન કરવા માટે ને જોરથી કરાંઝવા માટે જમીનનો આધાર ન લેવાય એવુ હોય તો જાળી અગર ખાટલાના પાયા પર કપડું બાંધી તેને જોર કરવાનું કહેવું. કપડું બાંધ્યા સિવાય જોર કરવાનું કહેવું નહિ. કારણ કે કોઈપણ જાતના ટેકા વગર જોરથી કરાંઝવાથી ગર્ભિણી બહુ જ દુર્બળ પડી જાય છે. જોરથી કરાંઝતી વેળા એટલુ ધ્યાનમાં રાખવું કે વેદના ઉપડે તે સાથે કરાંઝવું એ વધારે ઉચિત છે. વળી કમર પથારી પરથી ઊંચી કરી કરાંઝવું નહિ. કારણ કે એથી પ્રસવદ્વાર સંકોચાઈ પ્રસવ થવામાં વાર લાગે છે અને કદાચ સંતાન બહાર આવતી વેળા પ્રસવદ્વાર ચિરાઈ જાય છે.

(૯) કોઈ કોઈ સ્થળે પ્રસવ વખતે પ્રસવદ્વારમાં અને પ્રસવમાર્ગમાં તેલ અગર ઘી ચોપડવામાં આવે છે. અસ્વચ્છ હાથે અને અસ્વચ્છ પાત્રમાંથી તેલ વગેરેનો ઉપયોગ કરવાથી ગર્ભિણીનું લોહી દુષિત હોય તો સુતિકાજ્વર અને ધનુર્વા લાગુ પડવાનો ખાસ સંભવ રહે છે. માટે પ્રસવ માર્ગમાં આવી જાતના કોઈપણ દુષિત પદાર્થ ન ચોપડવા એ જ વધારે સારૂં છે.

(૧૦) દાયણે પોતાની તૈયારી પોતે જ કરી લેવી. તેને જે જે

ચીજની જરૂર પડે તે સઘરી લેવી અને પાણી ઉનું કરવાની ગોઠવણ પણ પોતાની દેખરેખ નીચે કરાવવી. એકાદ સ્વચ્છ કાતર અને અર્ધો હાથ લાંબો ત્રણ સેરવાળો સુતરનો દોરો અગાઉથી ઉના પાણીમાં બોળી રાખી તૈયાર રાખવો

(૧૧) સુવાવડીનું પેટ બાંધવું:—પ્રસવ બાદ સુવાવડીને ધોવા લુછવાનું કામ પૂરૂં થયા બાદ મજબુત કપડાં વડે તેનું પેટ બાંધી દેવું. આવી રીતે કરવાથી તેને આરામ મળે છે અને પેટ મોટું થવાનો સભવ રહેતો નથી પેટ પર બાંધવાનું કપડું મજબુત હોવું જોઈએ. તે બે હાથ પહોળું ને ત્રણ હાથ લાંબુ હોવુ જોઈએ. લંબાઈમાથી બેવડ વાળતાં તે એક હાથ પહોળુ રહેશે સુવાવડીને ચત્તી સુવાડી તેની કમર નીચે આ બેવડ વાળેલું કપડુ પાથરી બન્ને છેડાનું અકેક હાથ કપડુ વચમાંથી ચીરી નાખવુ પછી બન્ને તરફના અકેક છેડો લઈ સુવાવડીના પેટ પર સારી રીતે એક ઉપર એક આવે તેમ વીંટાળી દેવા. ત્યાર બાદ બીજા છેડાને પાછા મધ્ય ભાગે ચીરવા અને તેને એક બીજા સાથે ઉપર લાવી ઉપર નીચે બાંધી દેવા. પેટના ઉપરનો બંધ ઢીલો રાખવો કે જેથી સુવાવડીની જઠર પર દબાણ ન થાય અને ખાવામાં અડચણ ન પડે આ પ્રમાણે બંધ બાંધતી વેળા કોઈ પણ પ્રકારનાં 'પેડ' વાપરવાની જરૂર પડતી નથી. પેટ બાંધ્યા બાદ સુવાવડીની કમર પર એક પહોળી પટી બાંધી તેની સાથે લંગોટી બીડાવી દેવી. પ્રસવ પછી લગભગ સાત દિવસ સુધી આ પ્રમાણે પેટ બાંધી રાખવાની જરૂર પડે છે. પેટ પર બાંધેલું કપડું ભીંજાઈ જાય તો તે તરત બદલી નાખવુ

૨. બાળક માટે

(૧) નાળ બાંધવો કે કાપવો:—પ્રસવવેદના શરૂ થાય કે તરત નાળ બાંધવા માટે અર્ધો હાથ જેટલો બેવડો સુતરનો દોરો

અને નાળ વધારવા માટે એક સારી જાતની કાતર ગરમ ઉકળતા પાણીમાં બોળી રાખી તૈયાર રાખવી. સંતાન જન્મે અને તેની નાળના ધડકારા થતા બંધ થાય એટલે ડૂંટીથી બે આંગળ દૂર સ્વચ્છ કરેલા સૂતરદ્વારા નાળ સતત રીતે બાંધી દેવો. ત્યાર બાદ બીજા તાંતણા વતી એ બંધનથી બે આંગળ ઉપર એક બીજું સતત બંધન બાંધવું. આ બંને બંધ વચ્ચેથી ઉકળતા પાણીમાં શુદ્ધ બનાવેલી કાતરદ્વારા નાળ કાપી નાખવો. કાપી નાખ્યા પછી એ કાપેલા નાળના મુખ પર પીંછી દ્વારા ટિંચર આયોડિન લગાડવું. પછી સૂકા લુગડાનો ટુકડો અથવા ફ્લાલિન વીંટાળી બાળકને સુવાવડીથી જુદું સુવાડવું. આ પ્રમાણે જુદું પાડ્યા પછી જો નાળમાંથી લોહી પડતું જણાય તો પેલા બાકી રહેલા ત્રીજા સૂતરના તાંતણાવડે ફરીથી એક બંધ બાંધવો. નાળ બાંધવાની ભૂલથી જ બાળકની ડૂંટી પાકે છે. કોઈ કોઈ સ્થળે લોકોની એવી ભૂલભરેલી ધારણા હોય છે કે ફૂલ પડ્યા પહેલાં નાળ વધારવામાં આવે તો તે છાતીયે ચઢી જાય છે. પરંતુ આવી માન્યતાને વશ થઈ કોઈએ નકામુ બાળકને કષ્ટ આપવું નહિ. નાડીના ધડકારા બંધ થાય કે તરત નાળ વધેરી નાખવો. વળી કોઈ સ્થળે નાળ બંધ બાંધ્યા સિવાય વધારવામાં આવે છે. એને પરિણામે ડૂંટીમાંથી જોઈએ તે કરતાં વધારે લોહી પડે છે અને તેને પરિણામે કદાચ બાળક મરી પણ જાય છે.

(૨) બાળકનું પહેલું નાવણ:—સુવાવડીને કરવાના તાત્કાલિક ઉપચારો પૂરા થયા બાદ બાળકને નવરાવવુ. આ બાબતમાં પહેલી સંભાળ એ રાખવી કે તેના શરીર પર જરા પણ પવનનો ઝપાટો લાગે નહિ તેવી વ્યવસ્થા કરવી. ત્યાર બાદ રૂ અગર ગરમ કપડાના ટુકડા વડે કોપરેલ અગર મીઠું તેલ તેના આખા શરીર પર સારી રીતે ચોળવું. બાળક ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન પાણીમાં વાસ કરે છે. એ-માટે તેના શરીર પર એક જાતનો મીણ જેવો પદાર્થ જોવામાં

આવે છે. પહેલીવાર નવરાવતી વેળા આ પદાર્થ સારી રીતે સાફ કરવામાં ન આવે તો એકાદ બે દિવસ પછી એ સુકાઈ બાળકના શરીર પર દુર્ગંધ ફેલાવે છે. પાણી અને મારણથી આ પદાર્થ દૂર થતો નથી. એ માટે તેલ વાપરવાની જરૂર પડે છે. બાળકના નિતંબ, મૂત્રસ્થાન, કાન વગેરે અંગોમા આ પદાર્થ વધારે પ્રમાણમાં હોય છે. એ માટે એ સ્થળે તેલ વધારે પ્રમાણમા લગાડવું ને ચોળવું. સરસવનું તેલ ઉગ્ર હોય છે માટે તે તેલ બાળકના કોમળ અંગ પર ચોળવાથી તેની ચામડી લાલ થઈ જાય છે અને પાછળથી શરીર પર ઝીણી ઝીણી અળાઈઓ નીકળે છે. આથી બાળક નકામી પીડા ભોગવે છે. કોપરેલ હમેશાં ગરમ કરી વાપરવુ. તેલ વાપરતી વેળા તે તેની આંખમાં ન જાય એ બાબતની ખાસ સભાળ રાખવી. તેલ ચોળ્યા પછી સાબુ અને ગરમ પાણી વડે એ તેલ સાફ કરી નાખવુ. બાળક સહન કરી શકે તેવું નવશેકુ પાણી લેવુ. આ બાબતમાં પૂરતુ ધ્યાન ન આપવાથી બાળકને શરીરે ફોલ્લા પડે છે. નવરાવ્યા બાદ તેનું આખુ શરીર સારી રીતે લૂછી નાખવુ. કોઈપણ સ્થળે પાણી ન રહી જાય તે ખાસ તપાસવું.

બાળકને દરરોજ નિયમિત વખતે નવરાવવુ. અને ઉકાળેલું કોપરેલ કે એરંડિઆ વડે તેની નાળ સારી રીતે ભીંજવી રાખવી. આથી નવરાવતી વેળા તે ભીંજાશે નહિ શરૂઆતથી જ પ્રકાશ, પવન અને પાણી સહન કરવાની ટેવ પાડવાથી બાળકનું આરોગ્ય સારૂં રહે છે અને સાધારણ ઠંડી લાગવાથી ભયંકર ન્યુમોનિયા જેવા રોગ તેને લાગુ પડતા નથી સ્વાભાવિક આબોહવામાં બાળક ઉછરે તો તેને રોગ બહુ થોડા લાગુ પડે છે.

(૩) નાળની સારવારઃ—પહેલી વાર નવરાવ્યા પછી બાળકનો નાળ સારી રીતે તપાસવો. જો તેના પર લોહી જણાય તો અગાઉ જણાવ્યા પ્રમાણે તેના પર બીજો બંધ લેવો. પછી ટિંચર

આયોડિન ચોપડવું. સાર બાદ બોરિક કોટન અગર લિંટદ્વારા વચ્ચે એક છિદ્ર કરી ડૂંટી તેમાં ભરાવી બોરિક પાઉડર છાંટી સારી રીતે બેંડેજ કરી દેવાનું લક્ષમાં રાખવું.

(૪) બાળકનો પોશાકઃ—બાળકનો પોશાક તદ્દન સાદો સીધો હોવો જોઇએ. શિયાળામાં ગરમ કપડું વાપરતાં સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. નકામા કપડાંથી બાળકને કષ્ટ થાય છે અને શરીર પર નકામી ફોડલીઓ થાય છે. તેને પહેરાવવાનું પેરણુ તદ્દન ઢીલું હોવું જોઇએ. ચપોચપ લુગડાંથી તો સદા દૂરજ રહેવું. બટન કે દોરી બાંધવાનાં કપડાં પણ કાઢતાં સુગમ ન પડે તેવાં હોય તો ન પહેરાવવાં.

(૫) સૂતિકાગૃહઃ—સૂતિકાગૃહનાં બારી બારણાં બંધ રાખી કદી તેમાં અગ્નિ સળગાવવો નહિ. એથી હવા બગડે છે અને હવા બગડવાથી સુવાવડી અને બાળક બંનેનાં મોત થવાના સંભવ ઉભા થાય છે. સ્વચ્છ હવા પુરતા પ્રમાણમાં ન મળે તો પ્રાણિમાત્ર જીવી શકતાં નથી. આ સાદો વિચાર દરેકના મગજમાં આ વખતે આવવો જોઈએ. તો પણ ઠંડીના વખતમાં ઓરડાની ગરમી ટકાવી રાખવા માટે ઓરડામાં અગ્નિ રાખવો પડે તો તે ધૂમાડા વિનાનો તદ્દન નરધમ હોવો જોઈએ. વળી તેનાથી બનતી ખરાબ હવા જવા માટે ને બહારની સ્વચ્છ હવા આવવા માટે ઓરડાની ચોમેરનાં વેન્ટીલેટર ઉઘાડાં રાખવાં જોઈએ. બંધિયાર ઓરડો અને અગ્નિ એકી સાથે કદી હોવાં જોઈએ નહિ.

૨૦

બસ્તિપ્રદેશ અને પ્રસવપ્રણાલી

સ્ત્રીઓના પેડુમાં જે ત્રણ ચાર હાડકાં મળી બસ્તિપ્રદેશ તૈયાર થયો છે, તેની આકૃતિ જોતાં જ સમજી શકાય છે કે એ રસ્તામાંથી સંતાન કદી સીવેસીધું બહાર આવી શકે નહિ. તેમ ગમે તેમ એ ગુફામાં ફરી શકે નહિ. આ બસ્તિપ્રદેશની ગુફાના ઉપલા ભાગમાં જે ધાર કે હદ જણાય છે તેની આકૃતિ વળી તદ્દન ગોળ નથી. સામેનું અને પાછળનું માપ સૌથી ઓછું છે. વળી બાજુનું માપ એથી મોટું હોવા છતાં સૌથી મોટું નથી. તો પણ એ બંને માપદ્વારા જો એ ડિબાકાર વૃત્તમાં આડી ઉભી વચ્ચેથી લીટીઓ દોરીએ તો એ ચાર ભાગમાં વિભક્ત થયેલાં સ્થાન ને ખૂણા પડતું માપીએ તો જણાશે કે એ માપ સર્વેથી વિશેષ છે. એ સર્વેથી મોટા માપની સીધી લીટીમાં જો સતાનનું માથું ફરતું ફરતું આવી ચડે તો સ્વાભાવિક પ્રસવ થાય છે. અનુભવદ્વારા સમજાયું છે કે એ માપના ઉપરના બે ભાગની વચ્ચે જો બાળકનું માથુ આવે તો સહેલાઈથી પ્રસવ થઈ શકે છે.

એક સો સ્વાભાવિક પ્રસવમાંના પંચાણુમાં આ રસ્તાદ્વારા બાળક અવતરે છે. સતાનના માથાનો પાછલો ભાગ વકભાવે સામે આવે છે અને મોં છાતી પર રહે છે. પરંતુ આ પાછલો ભાગ વળી માતાના પેડુમાં જે રસ્તામાં પ્રવેશ કરે તેની બરાબર સામે બસ્તિ-પ્રદેશના ઉપલા બે ભાગનો જમણી બાજુનો વચલો ભાગ આવી રહે છે. આ પ્રમાણે બાળકનું માથુ ફરતું ફરતું બસ્તિપ્રદેશનો જે ભાગ સૌથી મોટા છે તે ભાગમાં પેસે છે. ત્યારબાદ મસ્તક આગળ વધે છે અને તેનો લાંબો ઘેરાવો બહાર નીકળવાના રસ્તાના પહોળા

ભાગમાં પેસે છે. આ પ્રમાણે માથું ક્રમે ક્રમે નીચે લખ્યા પ્રમાણે બહાર આવે છે.

(૧) અવતરણ અગર ડિસેન્ટ (Descent).

(૨) નીચું વળવું કે ફ્લેકશન (Flexion). આ ક્રિયા અવતરણ સાથે જ થાય છે.

(૩) અંદરનો વળાંક વળવો અગર ઇન્ટર્નલ રોટેશન (Internal Rotation) આ ક્રિયા અવતરણની સાથે સાથે થાય છે.

(૪) પ્રસારણ અગર એક્સ્ટેન્શન (Extention) આ ક્રિયા પણ અવતરણની સાથે સાથે થાય છે.

(૫) બાહ્ય વળાંક અગર એક્સ્ટર્નલ રોટેશન (External Rotation) આ ક્રિયા પણ અવતરણની ક્રિયા સાથે સાથે થાય છે.

જે સમયે બાળક અંદરનો વળાંક લે તે જ સમયે તેના બંને ખભા બસ્તિપ્રદેશના ડાબા જમણા પહોળામાં પહોળા પ્રદેશ આગળ આવી જાય છે અને તેથી તે સહેલાઈથી બસ્તિપ્રદેશમાં પ્રવેશ કરી શકે છે. વળી મસ્તક બહાર આવી જ્યારે બાહ્ય વળાક લે ત્યારે એ બસ્તિપ્રદેશમાં બંને ખભા સહેજ વળી જઈ સામસામું જે મોટું માપ હોય તે ભાગમાંથી પસાર થાય છે. આ પ્રમાણે કુદરતી રીતે બાળક પોતનો માર્ગ કરતું કરતું બહાર આવે છે.

૨૧

પ્રસવ અને તેનાં લક્ષણો

૧. પ્રસવ વેદના:—પ્રસવનો સમય થાય એટલે પેડુમાં વેદના થાય છે. અને સાથળ ભારે ભારે જણાય છે. પિશાબ વારંવાર થાય છે

અને પેડુમાં કાંઈ ઠેલાતું હોય એવુ લાગે છે ખરી પ્રસવવેદના ગર્ભિણીને કમરેથી શરૂ થઈ પેડુ સુધી આવે છે અને સાથળ સુધી ફેલાય છે. સાથે સાથે ગર્ભાશય સખત બને છે. સામાન્ય તેરી પહેલી વાર બચ્ચુ અવતરવાનું હોય તેવી સ્ત્રીઓને આવી વેદના ૧૨ થી ૧૮ કલાક રહે છે. પહેલાં તો એ વેદનાનો સમય એકાદ મિનિટનો ભાગ્યે જ હોય છે અને તે સાથે પેટ નરમ પડતું જણાય છે પરંતુ પછીથી થતી વેદનાનું સ્થાયીપણુ લંબાતુ જાય છે અને તે ઉપરા-ઉપર થતી જણાય છે. વેદનાનું સ્થાયીપણુ વધે તેમ તેમ પ્રસવકાળ નજીક આવ્યો છે એમ જણાય છે. પહેલા અર્ધે અર્ધે કલાકે વેદના થાય છે અને થોડો વખત રહે છે પછી ચાર પાચ મિનિટને અંતરે વેદના થાય છે અને તે વધારે વખત રહે છે. વળી પ્રસવ થવાને વખતે અતિશય ઝડપથી વેદના થાય છે અને લગભગ અર્ધાથી બે મિનિટ રહે છે અને બાળક બહાર આવે ત્યારે એ વેદના લગભગ નથી જ થતી એમ કહીએ તો ચાલે. ખરી પ્રસવવેદનાનાં આ ચિહ્ન છે. *કોઇ વખતે એવુ બને છે ખરૂં કે કોઈ ગર્ભિણી પ્રસવ થાય ત્યા* સુધી આવી વેદના અનુભવી શકતી નથી આ વેદનાને લીધે ગર્ભાશયનો આકાર લાંબો થાય છે. ગર્ભિણીની નાડીના ધબકારા કંઈક વધે છે. તેનુ શરીર ગરમ થાય છે અને પેટ નરમ થાય છે બીજી વાર બાળકને જન્મ આપનાર માતા આ વ્યથા ૪ થી ૬ કલાક સહન કરે છે. આ વેદના વખતે ગર્ભાશયનું મુખ પહોળુ થતું જાય છે અને બાળકને બહાર નીકળવાના રસ્તા મોકળા થતા જાય છે.

૨. ખોટી વેદના:—જે વેદના સાથે પેટ સખત થતું નથી. જે વેદના કોઈ વખતે ૫ મિનિટ પછી તો કોઈ વેળા ૧૫ મિનિટ પછી થાય, વળી કોઈ કોઈ વખતે તો આ સમય અર્ધો કે એક કલાક જેટલો લંબાય, તે વેદનાને ખરી પ્રસવવેદના ન ગણી શકાય આવી વેદના ૫, ૧૦ કે તેથી વધારે મિનિટ સ્થાયી રહે છે. પાછળથી

શરૂ થઈ સામાન્ય રીતે ડૂંટીની આજુબાજુ એ વેદનાનો કેંદ્રપ્રદેશ હોય છે. સાથળ સુધી એ વેદનાનો પ્રદેશ ફેલાતો નથી. આવાં આવાં લક્ષણો જણાય તો પ્રસવવેદના સાથે આ વેદનાને ભેળવી ન દેતાં જુલાબ, એનિમા અગર ડુશદ્વારા મળદ્વાર સાફ કરવું. આથી આવી વેદના તરત જ બેસી જાય છે. પરંતુ ખરી પ્રસવવેદના તો જુલાબ અને ડુશ આપ્યા બાદ વૃદ્ધિ પામે છે.

૩. **અગાઉથી જાણ થવી:**—પ્રસવ થવાને ૨–૩ દિવસની વાર હોય ત્યારે ગર્ભાશયના મુખમાંથી એક પ્રકારનો થૂંક જેવો સફેદ અગર ઝાંખા ગુલાબી રંગનો પદાર્થ ઝરે છે. આ ક્રિયા પ્રસવ હવે થોડા રોજમાં થવાનો છે તેની નિશાની છે. આ સ્રાવથી પ્રસવ-માર્ગ મુલાયમ બને છે અને તેથી બાળક સહેલાઈથી એ માર્ગે પસાર થઈ શકે છે. પરંતુ આ સ્રાવમાં પાણી અગર લોહી પડતું હોય તો સમજવું કે તે અસલ સ્રાવ અગર ફૂલની આગળ પડતી સ્થિતિનું લક્ષણ છે અને તેથી પ્રસવ કષ્ટસાધ્ય બનશે. આ સિવાય બીજાં કોઈ કારણથી પણ આ વખતે રક્તસ્રાવ થાય છે. માટે આવી નિશાનીઓ જણાતાં તરત જ સારા અનુભવી દાક્તરને બોલાવવો. આ બાબતમાં જેટલો વિલંબ કરીએ તેટલો પરિણામે નુકસાનકારક છે.

૪. **ગર્ભાશયના મુખનું પહોળું થવું અગર ઉપલી બાજુએ વળવું:**—પ્રસવવેદના શરૂ થાય તે સાથે જ ગર્ભાશયનું મુખ ક્રમે ક્રમે ખુલતું જાય છે આ રીતે જ્યારે ૪ ઈંચ અગર ૬ આંગળ પહોળું થાય ત્યારે તે સંપૂર્ણ ખુલ્લી ગયું છે એમ ગણાય. આ પ્રસારણની સાથે તેનો નીચલો ભાગ સંપૂર્ણ રીતે વિસ્તાર પામે છે અને તેના ઉપલા ભાગ સાથે લગભગ મળી જાય છે. આવી રીતે ઉઘડેલા મુખવાળા ગર્ભાશયમાં અંગુલિ પ્રવેશ કરાવતાં પ્રથમ તો સહેજ અડચણ નડે, પરંતુ પછી તેમાં ચાર આંગળીઓનો પ્રવેશ કરાવી શકાય છે.

૫. ત્વચાવરણ:—જે ત્વચાવરણની અંદર બાળક હોય છે તે વેદનાના દબાણથી પાણીની થેલી માફક બની નીચે ઉતરવા માંડે છે. ગર્ભાશયના મુખમાં અંગુલિપ્રવેશ કરવાથી આ આવરણ સ્પષ્ટ જણાય છે વળી વેદના વખતે આંગળીનો અગ્રભાગ સખત વસ્તુ સાથે અથડાય છે અને વેદના નરમ પડયે નરમ વસ્તુ અનુભવે છે

કયે વખતે કયાં ચિહ્નો જણાય છે તે જાણવા માટે પ્રસવની ત્રણ સ્થિતિ સમજવાની જરૂર છે.

૨૨

પ્રસવની ત્રણ સ્થિતિ

સ્વાભાવિક કે પૂર્ણકાળ પ્રસવને ત્રણ પ્રકારમાં વહેંચી શકાય.

(૧) પહેલી સ્થિતિ —પ્રસવવેદનાની શરૂઆતથી ગર્ભાશયનુ મુખ સપૂર્ણ ઉઘડે ત્યાંસુધીની સ્થિતિ. આ સ્થિતિ પહેલીવારના પ્રસવ વખતે ૧૦ થી ૧૨ કલાક અને પછીના પ્રસવ વખતે ૮ કલાકથી વધારે રહેતી નથી.

(૨) બીજી સ્થિતિ —ગર્ભાશયનું મુખ પુરેપુરૂ ઉઘડે ત્યારથી સંતાન બહાર આવે ત્યાંસુધીની સ્થિતિ. આ સ્થિતિ પહેલીવારના પ્રસવ વખતે ૧ થી ૨ કલાક અને પછી ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ ટકે છે.

(૩) ત્રીજી સ્થિતિ —સંતાન બહાર આવ્યા પછી ફૂલ બહાર આવે ત્યાંસુધીની. આ સ્થિતિ ૧૦–૧૫ મિનિટથી માંડીને ૨–૩ કલાક સુધી ટકે છે.

પ્રસવની ત્રણ સ્થિતિમાં કરવાની સારવાર.

(૧) પહેલી સ્થિતિમાં કરવાની સારવાર—પહેલી સ્થિતિમાં ગર્ભાશયની માંસપેશીના સંકોચદ્વારા તેનો ઉપલો ભાગ સંતાન પર દબાણ

લાવે છે અને નીચલો ભાગ ધીમે ધીમે પહોળો થતો જાય છે. આને સકોચનની (Contraction) સ્થિતિ કહેવામાં આવે છે.

(૧) આ સ્થિતિમાં ગર્ભિણીને સુવાડી રાખવી નહિ. તેને હરફર કરવા દેવી જો કે આળસ ને વેદનાને લીધે ગર્ભિણી સૂઈ રહેવાની ઇચ્છા દર્શાવે છે પરંતુ આ વખતે તેને સમજાવવું જોઈએ કે જલદી છૂટકારો કરવો હોય તો ઉઠી હરવા ફરવાથી બાળકનું દબાણ થવાથી પ્રસવ માર્ગ જલદી મોકળો થશે. જ્યારે વેણ વારંવાર ઉપરાઉપરી આવે ને ગર્ભિણીને અસહ્ય વેદના થાય ત્યારે સમજી લેવું કે ગર્ભાશયનું મુખ પુરેપૂરૂં ઉઘડી ગયું છે, અને આ સ્થિતિ સમજાય કે તરત ગર્ભિણીને પથારીમાં સુવાડી રાખવી પરંતુ આ સ્થિતિ પહેલાંજ પાણી પડે તો ગર્ભિણીને તરત જ પથારીમાં સુવાડી આરામ આપવો.

(૨) આ સ્થિતિમાં કરાંજવાની મના કરવી. કારણ કે અત્યારથીજ જો કરાંજવા માડે તો ગર્ભિણી જેમ બને તેમ જલદી થાકી જશે અને ખરો સમય આવ્યે જોરથી કરાંઝી શકશે નહિ

(૩) ગર્ભિણીને બરાબર આજ સમયે ડૂશ આપી ઝાડો કરાવવો. પિશાબ વારંવાર કરવાનું કહેવુ. આ વખતે ખૂબ સાવચેતી રાખવી. કારણ કે મળની સાથે રોગનાં જંતુ ખદબદતાં હોય છે અને એ જતુ યોનિદ્વારમાં જાય તો સુતિકાજ્વર લાગુ પડતાં વાર લાગતી નથી

(૪) આ સ્થિતિમાં ઘણી સ્ત્રીઓ બહુ જ અશક્ત બની ગએલી લાગે છે. જો આમ દુર્બળતા જણાય તો થોડુંક ગરમાગરમ દૂધ પીવરાવવુ. જો જરૂર લાગે તો થોડાં ફળ, લીલા નાળિએરનું પાણી વગેરે કંઇ ખાવા આપવુ

(૫) સ્વાભાવિક પ્રસવ વખતે યોનિમાર્ગમાં હાથ નાખી તપાસ કરવાની જરાપણ જરૂર પડતી નથી. કારણ કે વારંવાર તપાસ કરવાથી અંદરના અવયવને નુકસાન થાય છે. નાડીનું મોં ફૂલે છે અને સખત થાય છે તથા સાવ સુકાઈ જાય છે જો ખાસ જરૂર

ભાગમાંથી નાળ કાપી નાખવી આગળ ઉપર થઇ, બહુ જ સાવચેતીથી જે કાતરની અણી બુઠ્ઠી હોય તેવી કાતર વડે આ કામ કરવું.

(૯) માથું બહાર આવે કે તરત બાકીનું શરીર સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં જ બહાર આવે છે પરંતુ ગર્ભિણી આ સમયે જરાક વિશ્રાંતિ લે છે. જો બીજી કોઈ પણ જાતની ઉપાધિ ન હોય તો આ વેળા કંઇજ કરવાની જરૂર પડતી નથી. એકદમ તાણાતાણ કરી પ્રસવ કરવવાથી વધારે પડતો રક્તસ્રાવ થાય છે, પ્રસવદ્વાર ફાટી જાય છે અને કદાચ બાળકના હાથ પગ ભાગી જવાની ધાસ્તી પણ પેદા થાય છે પરતુ ગર્ભિણીની સ્થિતિ કોઇપણ પ્રકારે ખરાબ થઈ ગઇ હોય, બાળક હાંફતું હોય તો તેને જેમ બને તેમ જલદી બહાર ખેંચી લેવાની જરૂર પડે છે. આવી સ્થિતિમાં ગર્ભિણીને ચત્તી સુવાડવી દાયણે બીજી કોઇ મદદનીશ બાઇને પેટ દબાવી નીચેની બાજુએ હડસેલવાનું કહેવું અને પોતે બે હાથ વડે માથું પકડી ગર્ભિણીના પેટ તરફ ઉંચુ કરવું આવી રીતે જ્યાં સુધી ખભા બહાર આવે ત્યાં સુધી કરવુ એક ખભો બહાર આવ્યા બાદ બીજો ખભો એની મેળે બહાર આવશે. પ્રસવદ્વાર ચીરાઈ ન જાય તે તરફ ખાસ લક્ષ આપવુ જો ખભો બહાર આવતાં વિલંબ થાય તો સમજવુ કે તે ક્યાંક અટકાઇ પડયો છે આવી સ્થિતિમા હાથ નાખી હાથ અને છાતી વચ્ચે આંગળી ભરાવી બહાર તાણી લેવાની ગોઠવણ કરવી.

(૧૦) બાળક બહાર આવે એટલે તેની નાડી ન તણાય તે તરફ ખાસ ધ્યાન આપવુ તેને એવી રીતે રાખવુ કે જેથી તેની નાડી પર તાણ ન પડે પરંતુ આ સાથે એ પણ ધ્યાને રાખવુ કે પ્રસવદ્વાર પર સંતાનના પગની લાત ન વાગે. ત્યારબાદ બાળકનું ગળુ વગેરે સાફ કરવું અને ગર્ભિણીને ગોનોરિયા અથવા ચાંદીના રોગ હોય તો સંતાનની આંખમાં કારટીક લોશનનાં ટીપાં નાખવાં.

૩. સંતાન બહાર આવ્યા પછીની સારવાર—બાળક બહાર આવ્યા પછી તરતજ રડી ઉઠે છે. પરંતુ જો તે ન રડે તો જાણવું કે તે હાંફે છે. આવી હાંફ સાધારણ રીતે બે પ્રકારની હોય છેઃ—

(૧) બાળક નીલ પડી જાય છે. સહેજ સહેજ શ્વાસ લેવાનો પ્રયત્ન કરે છે. નાડી ધડકે છે. હાથપગ સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં સખત રહે છે અને મોં હલાવે છે.

(૨) અથવા બાળક ફીકું પડી જાય છે. શ્વાસ લેવા મૂકવાનો પ્રયત્ન કરતું નથી. નાડી સારી રીતે ધડકતી નથી. હાથપગ અવશ બનેલા જણાય છે. મોં હાલતું નથી. આવી સ્થિતિમાં બાળક લગભગ બચતું નથી.

સારવારઃ—

(૧) બાળકનો રંગ નીલ બની જાય અને જો તે ન રડે કે શ્વાસ ન લે તો એક બીજી બાઇને ગર્ભિણીને પકડી રાખવાનું કહી બાળકના ગળામાં આંગળી નાખી ગળું ખુલ્લું કરવું અથવા પગ પકડી ઊંચે ઉઠાવી માથું નીચે ઝુકાવી રાખવું. તથા ઊંધું કરી પીઠ પર કેટલીક લાત મારવી. આંખ, મોં પર ઠંડા પાણીની છાલક મારવી. આટલું કર્યા બાદ બાળક રડશે અને શ્વાસ લેશે. જો તે આટલું કર્યા છતાં ન રડે તો નાળ વધેરી બાળકનો પ્રસવ કરાવી લેવો પછી એકાદ મોટા ટબમાં ગરમ પાણી અને બીજા ટબમાં ઠંડું પાણી રેડવું. પ્રથમ ગરમ પાણીમાં બાળકને ગળાં સુધી બે ચાર ક્ષણ બોળી રાખવુ, પછી ઠંડા પાણીમાં એજ પ્રમાણે કરવુ થોડીવાર આ પ્રમાણે કર્યા છતાં બાળક શ્વાસ ન લે તો તેને બિછાનામાં અગર ખોળામાં લઇ એક જણને તેના બે પગ પકડી રાખવાનું કહેવું અને પોતે તેના બે હાથ લઇ માથાની બન્ને બાજુએ ઉંચા કરવા, અને પછી કોણી વાળી બંને હાથ છાતી પર સહેજ દબાવવા. આ પ્રમાણે એક

મિનિટમાં ૧૫ થી ૧૬ વાર ઝડપથી કરવું. ગરમ પાણીમાં સ્વચ્છ લુગડાનો ટુકડો ભીંજવી આ વખતે ગળુ સાફ કરવુ અને હાથ ઉંચા કરતી વેળા મોં પર ફૂંક મારવી આ વખતે જીભ પકડી સહેજ તાણવી પડે તો તેમ પણ કરવું.

(૨) બાળક જો સફેત પુણી જેવું થઈ જાય તો નાળ વધેરી તેને ગરમ પાણીમાં બોળી અગાઉની પેઠે પ્રયત્ન કરવો. ત્યારબાદ છાતી પર ઠંડા પાણીની છાલક મારવી પરંતુ આમ કરવાથી ઠંડી લાગે તો બચ્ચાંના જીવનને હાનિ પહોચે છે. બચ્ચાંને હલાવતાં ચલાવતાં ખુબ સાવચેતી રાખવી કારણ કે તેમ કરવા જતાં બાળક મરણ પામે છે. એકાદ કલાક આ પ્રમાણે પ્રયત્ન કરવો, પરંતુ તરતજ અનુભવી દાક્તરને બોલાવવો આ બાબતમાં જેટલો વિલબ કરવામાં આવે તેટલો હાનિકર્ત્તા નીવડે છે.

૪ ફૂલનું બહાર આવવું:—સ્વાભાવિક નિયમ મુજબ ગર્ભાશયમાંથી ફૂલની અંદર જે રક્તપ્રવાહ ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન વહે છે તે પ્રસવ થયા પછી બંધ થઈ જાય છે અને ગર્ભાશય સંકોચાઈ જાય છે આમ થતાજ ફૂલ એની મેળે ખસી પડે છે. તેમ કરવા માટે કોઇ પણ જાતના ખાસ પ્રયત્નની જરૂર પડતી નથી. આવી બાબતમાં નકામી ઉતાવળ કરવાની કઈ જરૂર નથી વધારે રક્તસ્રાવ ન થતો હોય તો એકાદ કલાક રાહ જોવાથી કઈજ નુકસાન થતું નથી એ દરમિયાન ગર્ભાશય પકડી રાખવુ પડે છે. તેને નરમ પડવા દેવુ નહિ

ફૂલ બહાર પડે એટલે તેને તપાસી જોવુ કે તેનો કોઇપણ ભાગ કપાઇ ગયો છે કે નહિ ફૂલ સપૂર્ણ છે કે નહિ તે અનુભવી દાયણ તરતજ સમજી શકે છે

(૨) કોઈકોઈ વખતે અતિશય ઝડપથી સંતાનનો પ્રસવ થાય છે અને તેની સાથે અકસ્માત ગર્ભાશયને ઉલટાવી નાખી તે બહાર પડે છે આ સ્થિતિ બહુજ વિપત્તિજનક ગણાય આ માટે ફૂલ પર કોઈ

પણ જાતનું. ખેંચાણુ ન થાય તે માટે અગાઉથી તૈયારી કરી રાખવી જોઈએ. અનાડી દાયણુ નાડી ખેંચી ફૂલનો પ્રસવ કરાવતાં પણુ આંચકો ખાતી નથી. અને તેને પરિણામે ગર્ભાશય ઉલટાઇ ફૂલ સહિત બહાર આવે છે.

આવી સ્થિતિમાં તરતજ સારા દાક્તરને બોલાવવો. પરંતુ તે દરમિયાન રોગિણીને ઉત્તેજક દવાનું સેવન કરાવી તેનું બળ સાચવી રાખવાનું ચુકવું નહિ. કારણુ કે આવી સ્થિતિમાં રોગીણી અતિશય કાયર બની જાય છે. મીઠાના ગરમ દ્રાવણુમાં એક રૂમાલનો ટુકડો ઉકાળી તે પેલા ગર્ભાશય પર ઢાંકી રાખવો. જો નજીકમાં કોઈ સારો દાક્તર ન મળે તો બહુજ સાવચેતીથી ફરીથી જંતુનાશક દ્રાવણુમાં હાથ ડુબાડી એકાદ શોધન કરેલો વસ્ત્રનો ટુકડો આંગળીઓ પર વીંટાળી એ ફૂલને ગર્ભાશયનું ગાત્ર પરથી ધીમે ધીમે છૂટું પાડવું. ફૂલ સંપૂર્ણ છૂટું પડે એટલે ગર્ભાશયનું ગાત્ર ગરમ લોશન વડે સારી રીતે ધોઈ પ્રસવ માર્ગમાં પાછું પેસારી દેવું. પછી વિશોધક દ્રાવણુ સાથેના ગરમ પાણીના ડુશ વડે એ માર્ગ ફરીથી જંતુહીન બનાવવો.

(૩) વળી કોઈ કોઈ સ્થિતિમાં ફૂલ પડતાં વાર લાગે છે. આવી સ્થિતિમાં ૨–૩ કલાક સુધી ફૂલ પડવાનાં કંઈજ લક્ષણો જણાતાં નથી એટલુંજ નહિ પણુ ઉલટો રક્તસ્રાવ વધારે પ્રમાણુમાં થાય છે અને રોગિણીનું જ જીવન ભયમાં આવી પડે છે. આવી હાલતમાં સારા દાક્તરને બોલાવવો. પરંતુ જો કોઈ પણુ દાક્તર જલદી આવી શકે તેમ ન હોય તો જેમ બને તેમ જલદી હાથ વિશુદ્ધ બનાવી રબરનાં મોજાં પહેરી લેવાં. પછી એક હાથ દ્વારા પેડુ ઉપર દબાણુ કરી ગર્ભાશય દાબી રાખવું અને બીજે હાથ ગર્ભાશયમાં નાખી સાચવીને ગર્ભાશયથી ફૂલ વિખુટું પાડી કાઢી લેવું. આ પ્રમાણે ફૂલ બહાર કાઢયા પછી ગરમ વિશોધક દ્રાવણુદ્વારા ગર્ભાશયનો અંદરનો ભાગ ડુશ વડે બરાબર સાફ કરી નાખવો.

(૪) ઘણી વેળા સંતાન પ્રસવ થયા પછી પણ ગર્ભાશય એવી રીતે સંકોચ પામે છે કે તેનો ઉપરનો ભાગ અને નીચેનો ભાગ વચ્ચે એકાદ ખાંચો પડી જાય છે અને તેમાંના ઉપલા ભાગમાં ફૂલ અટકી પડે છે આવી સ્થિતિને "ઓવરગ્લાસ" સંકોચન કહે છે. આવી સ્થિતિમાં પણ ઉપર કહ્યા મુજબ હાથ નાખી ફૂલ બહાર કાઢવું પડે છે.

૨૩

બાળકના શરીરમાં લોહીનું પરિભ્રમણ

બાળક જ્યારે ૪–૫ માસ સુધી માતાના ગર્ભમા વૃદ્ધિ પામે ત્યારે તેના ફૂલની ઉત્પતિ થાય છે એ ફૂલ માતાના ગર્ભાશય સાથે જોડાઈ માતાના લોહી સાથે એવો સબંધ રાખે છે કે જેથી સતાનનો દૂષિત પદાર્થ માતાના લોહી સાથે ભળી જાય છે અને તેને જોઈતો પૌષ્ટિક પદાર્થ તે માતાના લોહીમાથી મેળવી લે છે આ પ્રમાણે ફૂલદ્વારા બાળકના ફેફસા અને મૂત્રગ્રથીની ક્રિયા ચાલે છે માતાના લોહીમાંના પદાર્થો લઈ લોહી જ્યારે બાળકના નાભિમૂલમા થઈ તેના શરીરમા પ્રવેશ કરે છે ત્યારે એ લોહીનો સામાન્ય ભાગ એના કલેજામા અને વધારે ભાગ તેના હ્રદયના જમણા ભાગના ઉપલા ખાનામા પ્રવેશ કરે છે ત્યાથી થોડો ભાગ નીચલા ખાનામા અને મોટો ભાગ પહેલા ખાનાની અંદરના એક છિદ્ર દ્વારા ડાબાખાનાના ઉપલા ભાગમા ચાલ્યો જાય છે ત્યાથી તે નીચલા ખાનામા જાય છે. વળી નીચલા ખાનામાંથી થોડો ભાગ ફેફસામા અને બાકીનો ભાગ આખા શરીરમા ચાલ્યો જાય છે આ પ્રમાણે બાળકના શરીરમાં લોહીનું પરિભ્રમણ થયા કરે છે અને ધીમે ધીમે તે લોહીમા દૂષિત પદાર્થ ભળતાં પાછું નાભિમૂલદ્વારા ફૂલમાં ચાલ્યું જાય છે

બાળક જ્યારે જન્મે છે ત્યારે બહારનો વાયુ ફેફસામાં જઇ તેનું કાર્ય શરૂ કરે છે. અને તે સાથેજ ફૂલમાંથી રક્ત આવતું બંધ પડે છે. એ ખાતર એ નાડી હવે ધડકતી બંધ થાય છે અને તેનું કાર્ય સંપૂર્ણ થતાં તેને કાપી નાખી બાળકને છૂટું કરવામાં આવે છે. ફેફસાનું કાર્ય શરૂ થતાં લોહી જમણી બાજુના ઉપલા ખાનામાંથી નીચલા ખાનામાં જાય છે. પહેલાં જે છિદ્ર દ્વારા લોહી બીજી બાજુના ખાનામાં ચાલ્યું જતું તે છિદ્ર ધીમે ધીમે બંધ થઈ જાય છે. પછી નીચલા ખાનામાંથી બધું લોહી ફેફસામાં ચાલ્યું જાય છે. ત્યાંથી લોહી સ્વચ્છ બની ડાબી બાજુના ઉપલા ખાનામાં જાય છે અને નીચલા ખાનામાં આવી ફરીથી આખા શરીરમાં ચાલ્યું જાય છે. પહેલાં જે લોહી જમણા ખાનામાંથી શરીરમાં ચાલ્યું જતું તે પણ ક્રમે ક્રમે બંધ પડી જાય છે. આ રીતે દુષિત લોહી હવે જમણી બાજુના ખાનામાં ફરીથી આવે છે.

૨૪

અસ્વાભાવિક પ્રસવ (Abnormal Labour)

સામાન્ય રીતે પ્રસવકાર્ય ત્રણ અવસ્થા ઉપર આધાર રાખે છે.

(૧) પ્રસવશક્તિ

(૨) પ્રસવમાર્ગ

(૩) પ્રસવમાર્ગનો પથિક

(૧) પ્રસવશક્તિની અસ્વાભાવિકતા: (Abnormality of force)

ગર્ભાશયના સંકોચનથી બે પ્રકારની દુર્બળતા અને તાણને અપૂર્ણ સંકોચન નાજુકી જોઇએ છે.

(ક) પ્રાથમિક ગર્ભાશયનો થાક (primary uterine inertia)

(ખ) ગૌણભાવે ગર્ભાશયનો થાક (secondary uterine inertia)

(ગ) ગર્ભાશયનું તાણને લીધે થતું સંકોચન (spasmodic contraction of uterus)

(ક) પ્રાથમિક ગર્ભાશયનો થાક

આ સ્થિતિમાં વેદનાની શરૂઆતથી માંડીને જ ગર્ભાશયનું સંકોચન (contraction) અગર સ્થાયી સંકોચન (rotraction) આટલું બધું વેગથી થતું નથી અને ક્રમે ક્રમે વેગ નરમ પડતો જાય છે. આ સ્થિતિ જડ બની ગએલાં ગર્ભાશયને સમજાવનારી છે અને કોઈ કોઈ વેળા આ સ્થિતિ નીચેના કારણોને લીધે ઉત્પન્ન થઈ હોય છે.

(૧) ગર્ભાશયના કોઇ એક વ્યાધિને લીધે આખું શરીર દુર્બળ બની ગયું હોય અગર શરીરને ઘસી નાખનારા રોગો લાગુ પડ્યા હોય અગર ગર્ભાશયના રોગોને લીધે તેવી સ્થિતિ થઈ હોય.

(૨) કોઈ પ્રતિફલિત કારણ (reflex cause) ને લીધે પણ આમ બને છે. જેમકે મૂત્રાશયનું ફૂલવું, મળ ભેગો થયો હોય અગર સીધાં આંતરડાનો કંઈ રોગ હોય.

ઉપરના કોઈ પણ એકાદ કારણને લીધે ગર્ભાશયનાં સંકોચન અને સ્થાયી સંકોચન રૂપની ક્રિયામાં દુર્બળતા જણાય છે. આથી ગર્ભાશયને પ્રસવકાર્યમાં મદદ કરવા માટે વધારે સમય લેવાની ફરજ પડે છે.

સારવારઃ—

પ્રતિષેધક સારવારઃ—(૧) ગર્ભાવસ્થામાં કસરતની જરૂર છે. (૨) ગર્ભિણીના ખોરાકના પદાર્થો પુરતા સત્ત્વવાળા અને ચુનાની જાતના પદાર્થોવાળા હોવા જોઈએ. ઓછામાં ઓછું રૂ શેરથી ૧ શેર

તાજું દૂધ પીવાથી ૧૦ થી ૧૨ ગ્રેન ચુનાની જાતનો પદાર્થ (calcium salt) મળી આવે છે. આપણા શરીરના પોષણ માટે દરરોજ ૯ થી ૧૫ ગ્રેન એવા પદાર્થ જરૂર પડે છે પરંતુ ગર્ભિણીએ તેથી પણ વધારે પ્રમાણમાં એ પદાર્થની જરૂર પડે એ સ્વાભાવિક છે. આ માટે હંસ અગર મરઘીનાં ઈંડાં અને મોટા પ્રમાણમાં શાકભાજી ખાવાની ખાસ જરૂર છે. (૩) ગર્ભધારિણી સામાન્ય રીતે દુર્બળ પ્રકૃતિની હોય તો ગર્ભના છેલ્લા બે માસમાં કેલ્શિયમ સોલ્ટ દવારૂપે વાપરવાની જરૂર છે. આ માટે કેલ્શિયમ લેક્ટેટ ટેબ્લેટ વગેરે ગોળીઓ જમ્યા બાદ ગરમ દૂધમાં નાખી ખાવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

(૪) ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન જે જે રોગ લાગુ પડે તેનો પ્રતિકાર કરવાની ખાસ કાળજી રાખવી.

(૬) ગર્ભાશય થાકી જાય તો તેની સારવાર

(૧) પિશાબ, ઝાડો વગેરે પ્રતિફલિત રોગોનો યોગ્ય પ્રતિકાર કરવો. એ માટે કુશ અગર એનિમા વાપરવાની વ્યવસ્થા કરવી.

(૨) પ્રસવની પહેલી સ્થિતિમાંજ જો પાણીની થેલી ન તૂટે તો ગર્ભિણીને ઉતાવળે પ્રસવ કરવાની કઇ જરૂર નથી. તેને નાના પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછી ઉત્સાહમાં રાખવી. તેને ઊંઘ આવે, તેની શક્તિ જળવાઈ રહે તેવી દવા આપવી પરંતુ પ્રાથમિક લક્ષણો જણાયા પછી તરત સારા દાક્તરની સલાહ અવશ્ય લેવી.

પ્રસવની બીજી અવસ્થાના યોગ્ય સમય સુધી રાહ જોવા છતાં જો એની મેળે પ્રસવ ન થાય તો દાક્તરની સલાહ મુજબ જેમ બને તેમ જલદી રોગીણીને છૂટકો કરાવવો. જો પ્રસવમાર્ગમાં કોઈ પણ પ્રકારની અડચણ ન હોય તો પિટિટ્રિન (pituitrin) યોગ્ય પ્રમાણમાં વાપરવું.

પ્રસવની ત્રીજી સ્થિતિ ગર્ભિણી માટે ભારે મુશ્કેલ છે. આ માટે આવી સ્થિતિમાં ખાસ સાવચેતી રાખવી.

(ખ) ગૌણ કારણોને લીધે ગર્ભાશય થાકી ગયું હોય

આવી સ્થિતિમાં ગર્ભાશયની વેદના બરાબર સ્વાભાવિક રૂપમાજ શરુ થાય છે અને પ્રસવ સ્વાભાવિક રીતે થશે એવાં લક્ષણો જણાય છે. પરંતુ યોગ્ય સમય ગયા પછી વેદના ધીમે ધીમે ઘટતી જાય છે. આ પરથી સ્પષ્ટ સમજાય છે કે ગર્ભાશય બહુજ થાકી ગયું છે.

પહેલી સ્થિતિમાં ગર્ભાશયનું સકોચન અને સ્થાયી સકોચન બને ક્રિયા સપૂર્ણ સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં હોય છે, પરંતુ થાક ચઢે કે તરતજ બને ક્રિયા મંદ પડી જાય છે. આમ થવાના કારણ નીચે મુજબ છે —

(૧) ગર્ભાશયના પ્રાથમિક થાકને લગતાં કારણોમાંનું કોઈ પણ એકાદ.

(૨) પ્રસવમાર્ગમા કોઈ પણ પ્રકારની હરકત

(૩) ભ્રૂણની અસ્વાભાવિક સ્થિતિ (malpresentation)

(૪) ગર્ભિણીના બસ્તિપ્રદેશ અને સંતાનના મસ્તકના માપને લગતી અસમાનતા.

સારવાર—(૧) સંતાનના પ્રસવકાળ પહેલા જો યોગ્ય ઉપચારો કરવામાં આવ્યા હોય તો આ ગૌણ થાક દૂર કરી શકાય છે પરંતુ પહેલી સ્થિતિમાં બરાબર ધ્યાન ન આપ્યુ હોય તો પછી એકદમ પ્રસવ કરાવવાની વ્યવસ્થા કરાવવાની કંઈજ જરૂર નથી. ગર્ભાશયની સકોચનશક્તિ ફરીથી આવે તે પહેલા તેને યોગ્ય પ્રમાણમા વિશ્રાંતિ આપવાની જરૂરની છે એ માટે અફીણ અગર ક્લોરલ (chloral) જાતના ઔષધો વાપરવા. વિશ્રાંતિ બાદ ગર્ભાશયની સકોચન શક્તિ પાછી આવે એટલે બનતી ઉતાવળે પ્રસવ કરાવી લેવો ગૌણભાવે ગર્ભાશયનો થાક શરુઆતથીજ માલમ પડે તો વરઝન (version) અથવા ફોરશેપનો વ્યવહાર ખાસ ઉપયોગી નીવડે છે પરંતુ આ વ્યવસ્થા દાક્તરે કરવાની છે

(ગ) ગર્ભાશયનું તાણયુક્ત સંકોચનઃ—

આ રેાગની ઉત્પત્તિ વાયુરેાગગ્રસ્ત અથવા સ્નાયુપ્રધાન સ્ત્રીઓ કે જેઓ સાધારણ રીતે સારી સ્થિતિના લેાકાની બૈરીઓ હોય છે તેને થાય છે. જે જે ગર્ભિણી નિયમિત અને પરિમિત આહાર, વિહાર, પરિશ્રમ અને વિશ્રામ કરે છે, તેઓને આવેા રેાગ ભાગ્યેજ થાય છે. જેઓ પરિશ્રમવિમુખ, વિલાસી હેાય છે તેઓજ આવા રેાગથી કષ્ટ પામે છે. આ તાણયુક્ત સંકેાચન શરૂ થાય કે તરત બહુજ ઓછા પ્રમાણમાં અફીણ અથવા મૉર્ફિયાયુક્ત દવા પીવરાવી ગર્ભિણીને ઊંઘમાં નાખવાની વ્યવસ્થા કરવી. આથી ગર્ભાશયની પીડા નિયમિત બની પ્રસવને મદદકર્તા થઈ પડશે.

૨. પ્રસવમાર્ગની અસ્વાભાવિકતા: (Abnormalities of Passage)

પ્રસવમાર્ગ બે પ્રકારે તૈયાર થએલેા છે.

(ક) જે માર્ગ માંસ પેશીઓ વડે રચાયેા છે જેવેા કે ગર્ભાશયનું મુખ (Cervix), યેાનીમાર્ગ (vagina) યેાનિદ્વાર અને આજુબાજુનેા પ્રદેશ (vaginal arifice and perincum)
(ખ) જે ભાગ હાડકાંનેા બનેલેા છે અને જેની અંદર ગર્ભાશયનેા નીચલેા ભાગ પ્રસવકાળ વખતે રહે છે, જેમકે બસ્તીપ્રદેશ (Pelvis).

આ માર્ગમાં કેાઈ પણ પ્રકારની અસ્વાભાવિક્તા હેાય તેા પ્રસવમાં ખાસ કષ્ટ વેઠવું પડે છે.

(ક) ગર્ભાશયની ગ્રીવાની કઠણાશ:—

આ સ્થિતિ પણ બે પ્રકારની હેાઈ શકે.

(૧) તેની ક્રિયા સંબંધની (functional rigidity)

(૨) યાંત્રિક ખાસ સ્થિતિ (organic rigidity)

(૧) ગર્ભાશયની ક્રિયા સંબંધની કઠણાશ:—

આ સ્થિતિ બનતાં સુધી ઉમરે પહોચેલી પહેલી વારની ગર્ભિ-ણીઓમાં નજરે પડે છે ગર્ભાશયની ગ્રીવા બે પ્રકારનાં પેશી સૂત્રદ્વારા રચાઈ છે અને એ પેશીસૂત્રમાં ાં જે તેના પર ગોળાકારમા ઘેરી વળ્યાં છે (Circular fibre) તે જોઇએ તે કરતાં વધારે પ્રમાણમા સકોચ પામ્યા હોય તો આ અવસ્થા થાય છે

(૨) ગર્ભાશયની યાંત્રિક કઠણાશ—

કોઇ પણ પ્રકારના અસ્ત્રોપચારથી અગર કડુવા ગુણવાળાં (Caustic drugs) ઔષધોના વપરાશથી આ પરિણામ આવે છે

સારવાર—જો વખતસર ગર્ભાશયની ગ્રીવાનું પ્રસરણ ન થાય તો દાક્તરની જરૂર પડે છે અને એની સારવાર બે પ્રકારે કરવામાં આવે છે

(૧) દવાદ્વારા સારવાર (medical treatment)

(૨) અસ્ત્રોપચારદ્વારા સારવાર (operative treatment)

(૧) દવાદ્વારા સારવાર (૧) ગર્ભિણીને તપાસી જોવું કે કોઇ પણ પ્રતિકૂલિત કારણને લીધે વેણ ઓછી તો થઈ નથી! એમ બન્યુ હોય તો એ કારણો દૂર કરવાં

(૨) દર બે કલાકને અંતરે ગરમ પાણીના ડુશનો ઉપયોગ કરવાથી સારો ફાયદો થાય છે

(૩) બ્રોમાઈડ અને કલોરેલ જાતમાં ઔષધો આપવા સ્નાયુ-પ્રધાન રોગિણીને માટે અફીણની જાતનાં ઔષધો સાવચેતી રાખી આપવા

(૪) જો ઉપની સારવાર છતાં ચાર કલાકમાં કંઇ ફાયદો ન થાય તો રૂનાં પૂમડા ગ્લિસિરિનમાં બોળી ગર્ભાશયના મુખ પર પોલના રૂપમાં દાબી લેવા

(૫) જો ગર્ભાશયની ગ્રીવા પ્રસાર પામી ગર્ભાશયના ભાગમા

મળી જાય છતાં તેનું મુખ યેાગ્ય પ્રમાણમાં ન ઉઘડે તેા આંગળીઓ અનુક્રમે એ મુખમાં પ્રવેશાવી એ મુખ ઉઘાડવાનેા પ્રયત્ન કરવેા.

(૨) અસ્રોપચારની સારવારઃ— જો હાથની આંગળી દ્વારા પણ ગર્ભાશયની ગ્રીવા પહેાળી ન કરી શકાય તેા સારેા દાક્તર બેાલાવી એ ગ્રીવા છરી દ્વારા ચીરવી અને પછી પ્રસવ કરાવવેા.

(ખ) યેાનિદ્વારની આજુબાજુના પ્રદેશની કઠણાશઃ (Rigidity of Perineum)

પ્રસવદ્વારની પાછલી બાજુ જરૂર કરતાં વધારે સખત હેાય તેા પ્રસવ વખતે સંતાન અટકી જાય છે. મેાટી ઉમરે ગર્ભ રહ્યો હેાય એવી પહેલી વારની ગર્ભિણીઓમાં આવી સ્થિતિ કેાઈ કેાઈ વેળા દૃષ્ટિગેાચર થાય છે. સંતાન બહાર આવવામાં વધારે વિલંબ ન થાય અને યેાનિનેા નીચલેા ભાગ ન ચીરાય તે રીતે અગાઉ કહેવાઈ ગએલા ઉપાયેા લેવા. આ પ્રદેશ પર ગરમ પાણીમાં બારિક કેાટન બેાળી શેક કરવાથી પણ પ્રસેારણકાર્યમાં મદદ મળે છે.

જ્યારે એમ જણાય કે એ ભાગ ચીરાશેજ ત્યારે સારા દાક્તરને બેાલાવી એ ભાગ છરી વડે ચીરાવી લેવેા. એ ભાગની એક બાજુએ છેદ પાડવાથી સીના આંતરડા કે મળભંડારનેા બચાવ કરી શકાય છે.

ગર્ભિણીના બસ્તિપ્રદેશની અને ભ્રૂણના મસ્તકની અસમાનતાઃ—

આ બાબતમા ચર્ચા કર્યા પહેલાં બસ્તિપ્રદેશનેા પ્રવેશમાર્ગ (Pelvic inlet) અને બસ્તિપ્રદેશમાંથી બહાર ગમન કરવાના માર્ગ સંબંધમાં ખાસ જાણવાની જરૂર છે. કારણ કે આ માર્ગના માપ સાથે સંતાનના મસ્તકના જુદા જુદા માપને નજીકનેા સંબંધ છે. આ માપની અસમાનતા બહુજ મેાટા પ્રમાણમાં હેાય તેા બાળકનું માથું નીચે આવી શકતું નથી. આ બાબતનેા નિર્ણય કરવા માટે ગર્ભિણીને આઠમેા માસ પુરેા થવા આવે ત્યારે તેની બારીક

તપાસ કરી લેવી. મન્રોકર સાહેબના (Munrokerr's Palpation) દર્શાવ્યા મુજબ પેટ ઉપર હાથ રાખી તપાસ કરવી. તપાસની પદ્ધતિ નીચે પ્રમાણે સ્વીકારવીઃ—

(ક) ગર્ભિણીને ઝાડોપિશાબ કરાવ્યા બાદ એક ખાટ પર સુવાડવી.

(ખ) ચત્તી સુવાડયા પછી તેના બંને પગો વળાવવા.

(ગ) આ પ્રમાણે તૈયારી કર્યા બાદ પોતાના બંને હાથ જંતુઘ્ન્ લોશન દ્વારા વિશુદ્ધ બનાવવા.

(ઘ) ત્યારબાદ એક હાથની આંગળી અને અંગુઠાદ્વારા પેટની અંદર આવી રહેલાં ભ્રૂણનું માથું પકડવું અને તેને ધીમે ધીમે બસ્તિ-પ્રદેશની ગુફાના છેડાના ભાગ તરફ (Pelvic brim) ઠેલી દેવું અને બીજા હાથની તર્જની અને મધ્યમા આંગળી ગર્ભિણીના યોનિ-માર્ગમાં નાખવી આ છેલ્લા હાથનો અંગુઠો ઉપાસ્થિદ્વયના સંયોગ સ્થળે (Symphysis pubis) રાખવો. ત્યાર બાદ નીચે લખેલી બાબતો તપાસવી.

(૧) જો મધ્યમાનો અગ્રભાગ બસ્તિપ્રદેશની ગુફાની પાછળ સેક્રમ નામક હાડકાંના ઉંચા ભાગને સ્પર્શ કરે તો સમજવું કે બસ્તિપ્રદેશની ગુફાનું માપ અસમાન છે અને તરત જ એ આંગળી દ્વારા એ ઉંચા સ્થળથી (Promontary of sacrum) તે સંયોગ સ્થળના નીચલા ભાગ સુધીનું માપ લેવું.

(૨) હમેશાં યાદ રાખવું કે બાળકના માથાને જો બસ્તિપ્રદેશ-માંના પ્રવેશમાર્ગમાં પસાર થવા માટે કોઇ પણ જાતની અડચણ ન હોય તો પ્રસવ કષ્ટપ્રદ નીવડશે નહિ આ તપાસ દ્વારા સૌથી સારી સારવાર માટેનો રસ્તો મોકળો થાય છે.

(૩) પેટની ઉપર રાખેલી ત્રણ આંગળીના અગ્ર ભાગ દ્વારા બસ્તિપ્રદેશની ગુફાના પ્રવેશમાર્ગની કિનારી સુધી બરાબર તપાસ કરવી કે બાળકનું માથું અને આ કિનારીમાં કોઇપણ પ્રકારની

અસમાનતા છે કે નહિ. જો હોય તો સમજવું કે પ્રસવ કષ્ટપ્રદ નીવડશે. આવી સ્થિતિમાં સારા અનુભવી દાક્તરને બતાવી અગાઉથી સાવચેતી રાખવી.

(૪) જો પહેલીવાર સુવાવડ આવી હોય અને માપો વચ્ચેની અસમાનતા સામાન્ય હોય તો પ્રસવ વખતે ભ્રૂણનું માથું નાનું બની પ્રસવ થાય છે. પરંતુ અસમાનતા મોટી હોય તો કદી સહેલાઈથી પ્રસવ થઈ શકતો નથી. આ માટે આઠમે મહિને ગર્ભિણીને સારી રીતે તપાસી સારા દાક્તરની સારવાર તળે રાખવી એજ ઉત્તમ છે.

પ્રસવમાર્ગના મુસાફરની અસ્વાભાવિક્તા

(Adnormalities of passangers)

સમગ્ર ભ્રૂણ થેલીમાં રહેતી વખતે જ્યારે ગર્ભાશયના સંકોચનને લીધે થતા દબાણને લીધે નીચે ધકેલાવા માંડે ત્યારે આવી જાતની અસ્વાભાવિક્તા જુદી જુદી રીતે જણાવા માંડે છે.

પ્રથમ સ્થિતિ—પાણીની થેલી (Bag of water)
બીજી સ્થિતિ—ભ્રૂણ (Foetus)
ત્રીજી સ્થિતિ—ફૂલ (placenta)

અસમયે ત્વચાવરણ ચિરાઈ જાય:—

પ્રસવ વખતે જે પાણીની થેલી પહેલી દષ્ટિગોચર થાય છે તે ચિરાવાનો અમુક સમય નિર્માણ થયો હોય છે. પરંતુ જો તે પહેલાં એ ચિરાઇ જાય તો તેને અસમયે થેલી ચિરાઈ ગઈ એમ કહી શકાય. આ સ્થિતિ જો કે વારંવાર બને છે, પરંતુ એ ઉપાધિ મુશ્કેલી ઉભી કરે તેવી છે. નીચેનાં કારણોથી આ ઉપાધિ પેદા થાય છે.

(૧) ગર્ભિણીના બસ્તિપ્રદેશની ગુફાનું માપ અને બાળકના માથાનું માપ અસમાન હોય.

(૨) બાળક અસ્વાભાવિક દેખાતું હોય (Malpresentation) અને ગર્ભમાં તે જ સ્થિતિમાં રહેલું હોય (Position).

(૨) ભ્રૂણના પડદાઓ બરડ હોય.

(૪) ગર્ભાશયની અંદર ત્વચાવરણની બળતરા Endometritis) નામક રોગ હોય અને તેને લીધે ત્વચાવરણ ગર્ભાશયને વળગી રહ્યું હોય.

(૫) પ્રસવવેદના જ્યારે તીવ્ર બને, ત્યારે તપાસ કરવાથી પણ આ ઉપાધિ ઉત્પન્ન થાય છે.

ત્વચાવરણ જોઈએ તે કરતાં વહેલું ફાટી જાય તો પ્રકાશ પામતો ભાગ (Presenting Part) હજી પહોળી ન થયેલી ગર્ભાશયની ગ્રીવા ઉપર દબાણ કરે છે. આથી લોહી પુરૂ પાડવામાં અડચણ નડે છે. પાણીની થેલી જે રીતે પ્રસવમાર્ગને પહોળો બનાવે છે તે રીત મુજબ તો સંતાનનું માથું એ એ માર્ગને માટે સર્વથી શ્રેષ્ઠ રસ્તો પહોળો કરનારૂ ગણાય. પરંતુ બાળકનો નિતંબ દેશ માથાની માફક માર્ગ પહોળો કરવા હમેશાં અશક્ત હોય છે. એ માટે જ જો માથું આગળ ન આવતાં બીજો કોઈ ભાગ પ્રકાશ પામે તો પ્રસવનું કષ્ટ વધી જાય એ સ્વાભાવિક છે. આવી સ્થિતિમાં જે કાંઈ ઉપાધિઓ આવી પડે છે તેનાં નામ નીચે આપવામાં આવે છે.

(ક) **ગર્ભિણી સંબંધની:—**

(૧) લાંબો કાળ રહેતી પ્રસવવેદના.

(૨) ગર્ભાશયની ગ્રીવાના પ્રસારણમાં અડચણ નડવી.

(૩) પ્રસવમાર્ગના કોમળ ભાગ ધીમે ધીમે નષ્ટ થાય છે (necrosis)

(૪) ભ્રૂણ બહાર આવ્યા પહેલાં નાના પ્રકારના રોગ લાગુ પડવા.

(ખ) **ભ્રૂણ સંબંધની:—**

(૧) નાભિરજ્જુની સ્થાનચ્યુતિ.

(૨) ભ્રૂણના માથા પર જોઈએ તે કરતાં વધારે દબાણ થવાથી એ માથાપર લોહી ચઢી આવવું.

(૩) ભ્રૂણુનો શ્વાસ રૂંધાઈ જાય.

ગર્ભાશય સંતાન ઉપર જોઈએ તે કરતાં વધારે દબાણુ કરે તો આ સ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે.

સારવાર:—(૧) પ્રસવમાં મદદ કરવા માટે કદી પણુ સમય વિના હાથ નાખવો નહિ. ગર્ભાશયનું મુખ સંપૂર્ણ પહોળું ન થયું હોય ત્યાં સુધીમાં આવી રીતે હસ્તપ્રવેશ કરવાથી ત્વચાવરણુ તૂટી જવાનો પુરેપૂરો સભવ રહે છે.

(૨) ત્વચાવરણુ તૂટી જાય તો પરીક્ષાદ્વારા તેનું કારણુ નક્કી કરવું અને તે મુજબ તેની સારવાર કરવી.

(૩) જો ભ્રૂણુ અગર પ્રસવમાર્ગની કોઈપણુ પ્રકારની અસ્વાભાવિકતા નજરે પડે તો નીચે લખ્યા પ્રમાણે સારવાર કરવી.

(ક) ગર્ભિણીને ઉત્સાહ આપવો.

(ખ) ખાટલાના પગ તરફના પાયા એકેક ઈંટ મૂકી ઉંચા કરવા.

(ગ) ગરમ પાણીનો ડુશ આપી પ્રસવમાર્ગ ધોવો.

(ઘ) જરૂર પડે તો કોઈ સારા દાક્તરના કહેવા પ્રમાણે દવા આપવી.

(ડ) જો ઉપલા ઉપાયો કર્યા છતાં ગર્ભાશયનું મુખ પહોળું ન થાય અથવા જો નાભિરજ્જુ સ્થાનચ્યુત થાય તો ડી. રિબ બેગ (De rids bag) નામની થેલી અંદર પ્રવેશ કરાવવી અને પછી તેમાં પાણી પ્રવેશ કરાવી ગર્ભાશયનું મુખ પહોળુ કરી પ્રસવ કરાવવો. જો આવી બેગ ન મળે તો પ્રસવમાર્ગમાં રૂના પોલ મૂકી તેને બાધી રાખવાથી ગર્ભાશયનું મોં પહોળુ થાય છે. જો આવી આવી ક્રિયા કરતા છતાં કઈ પરિણામ ન આવે તો સમજી લેવું કે દાક્તરની મદદ વિના કંઈપણુ બની શકશે નહિ.

ભ્રૂણ સંબંધીની અસ્વાભાવિકતા:—

બીજી સ્થિતિમાં ભ્રૂણુ સંબધમાં નીચે પ્રમાણે અસ્વાભાવિકતા જણાય છે.

(૧) ભ્રૂણ જોઈએ તે કરતાં વિરુદ્ધ સ્થિતિમાં પ્રકાશ પામે (Malpresentation) અને ગેરવાજબી રીતે આવી રહે. (Mal-position.)

(૨) ભ્રૂણના માથાની ટોચ અગર પાછલા ભાગના પ્રકાશ વખતે એ માથાના વળાંકની ખામી.

(૩) અસ્થિપ્રદેશની ગુફાની પહોળાઈ અને ભ્રૂણના માથાના માપ વચ્ચે અસમાનતા

૨૫

ભ્રૂણનું અસ્વાભાવિક પ્રદર્શન કે અવસ્થાન

સામાન્ય રીતે સો પ્રસૂતિ દરમિયાન ૯૫ માં પ્રસવ વખતે સંતાનનો માથાનો પાછળો ભાગ નીચે ઉતરે છે અને તેનું મુખ માથાની પાછલી બાજુ અવસ્થાન કરે છે. અસ્વાભાવિક પ્રસવ વિષે ચર્ચા કરતાં પહેલાં સ્વાભાવિક પ્રસવ કઈ રીતે થાય છે તે પ્રત્યેક દાયણે એકવાર બરાબર તપાસી જોવાની જરૂર છે. ઉપર કહ્યું તેમ જો માથું નીચે ન હોય પરંતુ બાળકના શરીરનો બીજો કોઈ ભાગ પહેલો આવે તો તેને અસ્વાભાવિક પ્રસવ કહે છે. આ પ્રસવ સામાન્ય રીતે નીચે લખ્યા પ્રમાણે જુદા જુદા પ્રકારનો હોય છે

(૧) મુખ કે ફેઈસ.
(૨) કપાળ કે બ્રૌ.
(૩) નિતંબ કે બ્રીચ
(૪) ઘુંટણ કે ની.
(૫) પગ કે ફુટ.

(૬) ખભા કે શોલ્ડર, હાથ કે આર્મ.

(૭) નાડી કે ફ્યુનિમ.

(૮) માથાની સાથે હાથ કે પગ બહાર આવે.

(૯) હાથ માથાની પાછલી બાજુએ હોય.

(૧૦) જોડકું અગર ૩-૪ બાળક સાથે પ્રસવે.

(૧૧) પાણીથી ભરેલ અગર "હાઇડ્રો કેફેલસ" માથું બહુ મોટું હોય છે અને તે પ્રસવમાર્ગમાં આવી અટકી પડે છે.

ઉપલીમાંની કોઈ પણ એક સ્થિતિ જોતાં જ જાણી લેવું કે પ્રસવ કુદરતી નથી. આવી સ્થિતિમાં દાક્તર સિવાય કોઈપણ દાયણે પ્રસવ કરાવવાનો પ્રયત્ન કરવો નહિ.

(૧) મુખ કે ફેઈસ પ્રેઝન્ટેશન:—

હડપચી જો સ્વાભાવિક પ્રસવની માફક છાતીને ન અડકી હોય પણ માથાની પાછળ ઉલટાઈ ગઈ હોય તો ગર્ભાશયના મુખ આગળ સંતાનની હડપચી પહેલી દેખાય છે. આ દશાને અંગ્રેજીમાં ફેઈસ પ્રેઝન્ટેશન કહે છે. કલકત્તાની ઈડન ઈસ્પિતાલમાં ૩૦૦ ગર્ભિણીમાંથી એકને આ પ્રમાણે પ્રસવ થાય છે.

મુખ આગળ આવવાનાં કારણો:—

(૧) બસ્તિપ્રદેશની ગુફાનાં હાડકાં નાનાં હોય.

(૨) સન્તાનના માથામાં પાણી હોય.

(૩) સ્વાભાવિક પ્રસવસમયની પહેલાં પ્રસવ થયો હોય.

આ સ્થિતિ અગાઉથી સમજવાની નિશાની:—પ્રથમ પેટની તપાસ કરવી. પેટ દાબી જોતાં હાથની નીચે સખત માથુ અથડાશે. થેલી ચિરાઈ જાય કે તરત મુખ કે ફેઈસ નક્કી કરી શકાય છે. આંગળી નાખી ગર્ભાશયના મુખમાં હડપચી, નાક, નાકનાં ફોયણાં, જીભ, મુખ અને જડબા સ્પષ્ટ મળી આવે છે. ઘણી વેળા હોઠ અને મોં ફુલી જાય છે ત્યારે નિતમ અગર યોનિ આગળ હોય એવો ભ્રમ થાય છે. પરંતુ યોનિમાં પેઢાં જેવું કંઈ જ હોતું નથી.

વળી મળદ્વાર પર આંગળી દબાતાં એક જાતનો કાળો મળ આંગળીને ચોંટે છે. અને એ મળ જો બાળકની આંખને લાગે તો તેની આંખ નષ્ટ થાય છે. માટે આવી તપાસ બહુજ સાવચેતીથી કરવી. આવી તપાસ કોઈ વેળા બાળકની આંખ નષ્ટ કરવાને સાધનભૂત નીવડે છે. વળી મોંમાં હાથ નાખવાથી સંતાન તરત જ શ્વાસ લેવાનો પ્રયત્ન કરશે અને તે માથેજ મેલું ગળે ઉતારવા તત્પર થશે.

સારવાર:—ફેઈસ પ્રેઝન્ટેશનની ખાત્રી થાય કે તરત દાક્તર બોલાવવો, અને જે તરફ બાળકની પીઠ હોય તે તરફ ગર્ભિણીને સુવાડવી હડપચી સામે રહે તો તેટલી બધી બીક રાખવાનું કંઈ કારણ નથી સંતાન જન્મ્યા પછી તેનું મો અત્યંત ફુલેલું જણાય તો તે સોજો એની મેળ ઓછો થઈ જશે. તેને શોક કરવાની કંઈ જરૂર નથી નાક, મોં અતિશય બેડોળ હોય તો તેનો ચહેરો તરતજ માને બતાવવો નહિ. નાક, જીભ ફુલી ગયાં હોય તો સંતાન હાંફી જવાનો સમવ છે; ફેઈસ પ્રેઝન્ટેશનમાં પ્રસવદ્વાર ચિરાઈ જવાનો બહુ જ સંભવ રહે છે અને પ્રસવ થતાં જો બહુ વાર લાગે છે તો સંતાન મરી જાય છે.

(૨) બ્રાઉ પ્રેઝન્ટેશન:—

આ સ્થિતિમાં ગર્ભાશયના મુખમાં કપાળનો ઉંચો ભાગ જણાઈ આવે છે. તેની એક બાજુએ માથાનો આગળ વધેલો કોમળ ભાગ કે એન્ટિરિયર ફ્ન્ટેનલી અને બીજી બાજુએ નાકનો અગ્રભાગ, આંખ અને ભમર જણાય છે. બાળકનું માથું જો નાનું હોય અને ભમર સામે હોય તો થોડી વાર ગદ જોવાથી જણાશે કે માથુ ને મુખ આવી પડ્યું છે. આવી સ્થિતિમાં પ્રસવમાં વિલંબ થાય તો દાક્તરને બોલાવવો. કારણ કે આ સ્થિતિમાં માથાનો મોટો ઘેરાવો ભમર વચ્ચેનો મોટો ભાગ ગર્ભાશયના મુખદ્વારમાં આવી અટકી પડે છે. અને તેથી પ્રસવ થતો નથી. આવી સ્થિતિમાં હાથ નાખી કપાળ

ધીમે ધીમે ઉપરથી મેર ઠેલી દઈ સ્વાભાવિક પ્રસવમાં મદદ કરાવવાની જરૂર પડે છે.

(૩) બ્રીચ પ્રેઝન્ટેશનઃ—

પહેલા નિતંબ, ઘૂંટણ, પગ અગર નિતંબ પહેલાં પગ આવે તેા બ્રીચ પ્રેઝન્ટેશન કહેવાય.

આ સ્થિતિ સમજવાની નિશાનીઓઃ—(૧) પેટ દાબતાં જો નીચલી મેર માથું ન મળી આવે; (૨) ઑસ અગર ગર્ભાશયનું મુખ જો બહુ ઉચું હોય (૬) મેમ્બ્રેઈન અગર ત્વચાવરણ ચિરાય કે તરત જો ગાઢ કાળા રંગનેા બચ્ચાંનેા મળ બહાર આવે; (૪) ગર્ભાશયના મુખમાં અંગુલિપ્રવેશ કરાવતાં તેને એક સખ્ત, મેાટી ગેાળાકાર વસ્તુ ન અડકે પરંતુ તેને બદલે નરમ, ગેાળ ટેાપીના જેવી અને તેની વચ્ચે એકાદ ખાડ હેાય તેવી વસ્તુ મળી આવે. વળી એ ખાડમાં આંગળી નાખતાં આંગળીની ટેાચ પર કાળેા મળ વળગી આવે. આંગળીની ટેાચને મેાંનાં જડબાં, જીભ વગેરેમાંનું કંઈ જ ન અટકે ત્યારે સ્પષ્ટ સમજવું કે સંતાનનું માથું નહિ પણ નિતંબ આગળ છે. (૫) સ્ટેથેસ્કેાપ યંત્રમાં સંતાનના હૃદયનેા શબ્દ જો ગર્ભિણીની ડૂંટી અને સાથળ તથા કમરના સંધિસ્થળ વચ્ચે ન સંભળાતાં તેથી સહેજ ઉપર ડૂંટીની સીધી લીટીમાં સભળાય છે. અને આમ બને તેા સ્પષ્ટ સમજવુ કે માથું ઉપર છે. (૬) પગ આગળ આવે તેા તે હાથ છે એવેા પણ કદાચ ભ્રમ થાય. પરંતુ એ નીચલા ઉપાયે સમજી શકાય છે.

(ક) પગના અંગુઠાની ટચલી આંગળી સુધીનાં બધાં આંગળાં ક્રમેક્રમે નાનાં થતાં જાય છે. ત્યારે હાથના અંગુઠાથી ગણતાં તેની પહેલી ત્રણ આંગળીઓ લાંબી હોય છે.

(ખ) હાથની આંગળીઓ તેનેા અંગુઠેા ખેંચી બધી આંગળીઓ સાથે એકત્ર કરી શકાય છે, પરંતુ પગની આંગળી તે પ્રમાણે કરી શકાતી નથી.

રાખી તેને જોરથી કરાંજવાનું કહેવું. આ પ્રમાણે પ્રયત્ન કરતાં છતાં માથું બહાર ન આવે તો બંને પગ ગરમ લુગડાંમાં વીંટાળી જમણે હાથે પકડી પેટ તરફ ઊંચા કરી રાખવા અને આસ્તે આસ્તે ખેંચવા. સાથે સાથે મદદનીશને ગર્ભાશય નીચે ઠેલવાનું કહેવું અને પોતે બહુજ સાવચેતીથી બાળકને ખેંચવું ખેંચવાનું કાર્ય એટલી સાવચેતીથી કરવું કે બાળકનાં ગળાને જરાપણ ઈજા ન થાય. આમ કરતાં છતાં જલદી પ્રસવ ન થાય તો હાથની તર્જની અને મધ્યમા આંગળી ગળાની બંને બાજુએ રાખી બીજા હાથ વડે વસ્ત્રના ટુકડામાં વીંટાળેલા પગ પકડી વેણ આવે ત્યારે નીચી બાજુએ ખેંચવું આથી માથાનો પાછલો ભાગ નીચેના ભાગને આવી અડકશે. આ વખતે બાળકના પગ ગર્ભિણીના પગ તરફ ઊંચા કરી રાખવા અને એક હાથે ખભા અને બીજે હાથે પગ આસ્તે આસ્તે તાણવા. આ સમયે પણ મદદનીશને પેટ પર નીચલી બાજુએ દબાણ કરવાનું જણાવવું. આ ઉપાયથી પણ માથું બહાર ન આવે તો હાથની તર્જની અને મધ્યમા બાળકના મુખ પર મૂકી તેના બંને પગ અને હાથ એક જ દિશામાં ઝુલાવી રાખવા. પછી જમણા હાથની તર્જની અને મધ્યમા ખભાની બંને બાજુએ રાખી આસ્તે આસ્તે પ્રથમ નીચલી બાજુએ અને પછી ઉપરની બાજુએ તાણવું આ સ્થિતિમાં પણ મદદનીશને પેટ નીચે ઠેલવાનું જણાવવું આ સ્થિતિ એવી છે કે જેથી બાળક હાંફી જાય છે. માટે અગાઉથી બે ટબમાં એકમાં ગરમ ને એકમાં ઠંડું પાણી તૈયાર રાખવું. સામાન્ય રીતે આ સ્થિતિમાં સંતાનનું મુખ માના મુખની પાછલી મેર હોય છે છતાં એમાં ફેરફાર પણ હોઈ શકે. મુખ સામે હોય તો આવી સ્થિતિમાં ડાબા હાથે બંને પગ પકડી માતાના પેટ તરફ ઊંચકવા અને જમણા હાથની આંગળી દ્વારા સંતાનના ગળાની ગરદન પકડી તાણવી.

બ્રીચ પ્રેઝન્ટેશનમાં નીચે લખેલી કેટલીક આપત્તિઓ આવી પડવાનો સંભવ રહે છે:—

(૧) ઠંડી લાગવાથી સંતાન ગર્ભાશયમાં જ મો ઉઘાડી શ્વાસ લેવાનો પ્રયત્ન કરે અને તેથી લાનો મેનો ભાગ ગળા નીચે ઉતારી હાંફી જાય

(૨) હાથ માથાની ઉપલી મેર પહોળા થઈ જવાનો સંભવ છે. એ માટે દાયણે ખાસ સાવચેતી રાખી પ્રસવ કરાવવો

(૩) માથુ અટકી જાય એ માટે પણ ખાસ સારવારનો બંદોબસ્ત કરવો જોઈએ

(૪) કૂલ અગર સંતાનની નાડી પર દબાણ થવાથી સંતાન હાંફી જઈ મરણ પામે છે

(૫) બાળકના પગ વળેલા ન હોય તો જમ્હાઈ ગએલા હોય છે, આથી પણ પ્રસવમાં વિલંબ થાય છે દરેક કામમાં સાવધાનતા રાખી પ્રસવકાર્ય પુરૂં કરવુ પડે છે અને આથી જ બ્રીચ પ્રેઝન્ટેશનમાં હમેશા સારા દાક્તરની જરૂર પડે છે

(૪) શોલ્ડર કે આર્મ પ્રેઝન્ટેશન —

બાળક ગર્ભાશયમાં આડુ હોય તો ખભા અગર હાથ ગર્ભાશયના મુખમાં પ્રથમ દેખા દે છે આ પ્રમાણે બને તો ચાર પ્રકારની સ્થિતિ હોઈ શકે જેવી કે —

(૧) પીઠ સામે, માથુ ડાબી બાજુએ, પગ જમણી બાજુએ, જમણો ખભો કે હાથ પ્રથમ આવે

(૨) પીઠ સામે, માથુ ડાબી બાજુએ અને ડાબો ખભો કે હાથ પ્રથમ આવે

(૩) પીઠ પાછળ, માથુ ડાબી બાજુએ અને ડાબો ખભો કે હાથ પ્રથમ આવે

(૪) પીઠ પાછળ, માથુ જમણી બાજુએ અને જમણો ખભો કે હાથ પ્રથમ આવે.

આ સ્થિતિ નક્કી કરવાની નિશાનીઓ:—

(૧) ગર્ભાશય પેટમાં આડું પડયું હોય, ફન્ડસ ડૂંટીની સીધી લીટીમાં કે નીચે હોય. (૨) પેટ દબાવી જોતાં માથું બરાબર નીચે જોવામાં ન આવે, પરંતુ એક બાજુએ મળી આવે. બીજી બાજુએ નિતંબ અગર ઘીચ જોવામાં આવે. (૩) ત્વચાવરણ લાંબું થઈ ગર્ભાશયના મુખમાંથી બહાર પડે. ત્વચાવરણ ચિરાય એટલે ખભો કે હાથ સહેલાઈથી જોઈ શકાય. એ હાથ ડાબો છે કે જમણો તે નક્કી કરવું હોય તો શેકહેન્ડ કરતી વેળા રાખીએ તેવી રીતે તમારા હાથની હથેળીમાં બાળકનો હાથ રાખો. પછી તમારા જમણા હાથનો અંગુઠો બાળકના અંગુઠા સાથે મેળવી જુઓ. જો બંને અંગુઠા મળે તો જાણવું કે તે હાથ જમણો છે અને જો એવી રીતે ડાબા હાથ સાથે મુકાબલો કરી શકાય તો જાણવું કે હાથ ડાબો છે.

સારવાર:—આ સ્થિતિની જાણ થતાં જ સારા દાક્તરને બોલાવી મંગાવવો. થેલીમાં જો પાણી હોય તો બાળકને સહેલાઈથી ફેરવી લેવાય છે. પ્રસવને વધારે વાર લાગતાં ગર્ભાશય ફાટી જઈ ગર્ભિણીને ભયંકર પ્રકારનો રક્તસ્રાવ થાય છે અગર સૂતિકાજ્વર લાગુ પડે છે. આ બંને રોગ એવા હોય છે કે તેમાં ગર્ભિણીના જીવનનાશનો પુરેપૂરો સંભવ હોય છે. વળી આવી સ્થિતિમાં સંતાન પણ યોગ્ય સારવાર ન પામવાથી મરી જાય છે. માટે જ્યાં સુધી દાક્તર આવે ત્યાં સુધી બાળકનું માથું જે દિશામાં હોય, તે દિશામાં ગર્ભિણીને સુવાડી રાખવી અને કરાંઝવાની બીલકુલ મનો કરવી. ત્વચાવરણ જો ચિરાઈ ગયું ન હોય તો તે ન ફાટે તેવા પ્રયત્નો કરવા. હાથ બહાર આવ્યો હોય તે અંદર પેસારવાનો પ્રયત્ન કરવો નહિ. પ્રયત્ન કરવામાં આવશે તો પણ તે અંદર રહેશે નહિ અને વધારે પડતું જોર વાપરતાં કદાચ તે ભાંગી જશે. દાક્તર આવી પગ ફેરવી બચ્ચું બહાર કાઢે એવો સંભવ હોવાથી રોગિણીને એકાદ ખાટલા પર

સુવાડવી અને ગરમ પાણી, લેાશન વગેરે જરૂરી વસ્તુઓ તૈયાર કરી રાખવી.

(૫) નાડી આગળ આવે અગર ફ્યુનિસ પ્રેઝન્ટેશન.

માથા અગર બીજા કંઈ સાથે બાળકની નાડી અગર ફ્યુનિસ પ્રથમ દેખા દે છે. મેમ્બ્રેઈન ચિરાઇ જાય કે ફાટી જાય તે પહેલાં જો નાડી દેખાય તેા તે સ્થિતિને ફ્યુનિસ પ્રેઝન્ટેશન કહે છે. અને નાડી પછી બહાર આવે તેા તેને ફ્યુનિસ પ્રોલેપ્સ કહે છે. આવી સ્થિતિમાં જો બાળક જીવતું હેાય તેા આ નાલિરજ્જુ પર આંગળી મૂકવાથી તેના ધડકારા સ્પષ્ટ જણાશે.

સારવારઃ—નાડી આગળ છે એવું માલમ પડે કે તરત દાક્તરને બેાલાવવેા. કારણ કે આ નાડી ઉપર દબાણ થાય તેા બાળકનું મેાત નીપજે છે. દાક્તર ન આવે ત્યાં સુધી નાડી જે બાજુ હેાય તેથી ઉલટી બાજુએ ગર્ભિણીને સુવાડી રાખવી. સામેનેા અગર પ્રગટ થએલેા ભાગ જો એ દાબી બેઠી હેાય અને ત્વચાવરણ ફાટયું હેાય તેા આવી ચેષ્ટા નકામી છે. જો નાડીના ધડકારા ન થતા હેાય તેા કંઈજ કરવાની જરૂર નથી, જો ધડકારા થતા હેાય અને જે પ્રમાણે ઉપર કહ્યું તેમ ગર્ભિણીને સુવાડી છતાં નાડી અંદર ન પેસી જાય તેા દાક્તર આવે ત્યાં સુધી ગર્ભિણીને શાંતિથી સૂઈ રહેવાનું કહેવું. અને ગરમ લેાશનમાં ભીંજવેલેા એક રૂમાલ નાળ પર વીંટાળી રાખવેા. જો આવી સ્થિતિમાં દાક્તરી મદદ મળી શકે તેમ ન હેાય તેા હાથ સારી રીતે સ્વચ્છ કરી લેાશન વડે ધેાઈ માથું અગર અંગ પ્રથમ આવતું હેાય તેની પાસે થઈ કોઈ અથવા નાલિ-રજ્જુ આગળી ઉપર રાખી ઠેલી દેવું. અને બાળકના હાથની કેાણી અગર બીજો જે કેાઈ ભાગ આગળ માલમ પડે તેમાં ભરાવી દેવું. જ્યાંસુધી વેદના રહે ત્યાંસુધી હાથ સ્થિર રાખવેા અને બીજો હાથ ગર્ભિણીના પેટ ઉપર થઈ ગર્ભાશયને નીચું ઠેલવામાં ઉપયેાગમાં લેવેા. ત્યારબાદ ગર્ભિણીને એજ સ્થિતિમાં સુવાડી રાખી આસ્તે આસ્તે અંદરનેા હાથ

બહાર આણવો પરંતુ એક બીજી વેણ આવ્યા સુધી બીજે હાથ કે જે ગર્ભાશયને દબાણ કરતો હોય તેને ખસેડવો નહિ આ પ્રમાણે કરવાથી પ્રસવ જો જલદી થાય તો બાળક બચી જાય છે

(૬) માથાની સાથે હાથ કે પગ

માથાની સાથે કોઈ કોઈ વેળા હાથ કે પગ બહાર આવે છે આ બાબતનું જ્ઞાન ત્વચાવરણ ફાટે તે પહેલાં થાય તો જે બાજુએથી હાથ કે પગ આવવાનો હોય તેથી ઉલટી દિશામા ગર્ભિણીને સુવાડી રાખવી. ત્વચાવરણ ફાટ્યા પછી પણ જો હાથ અગર પગ બહાર ડોકાઈ આવે તો વેણ ચાલતી વેળા હાથ કે પગ ઉપર ઠેલી શકાય છે જો આ પ્રમાણેના પ્રયત્નો વ્યર્થ જાય અને પ્રસવ થવામા વાર લાગે તો દાક્તરને બોલાવવો એ જ હિતકર છે

(૭) માથાની પાછળ આવેલો હાથ બહાર કાઢવાની રીતઃ

માથાની પાછળ હાથ આવેલો હોય એવી સ્થિતિ બહુ થોડી હોય છે નિતંબ બહાર આવ્યા પછી કોઈ કોઈ વખતે આવી સ્થિતિ આવી પડે છે હાથ ગરદન પાછળ ઉલટાઈ જઈ હુમ્ની પેઠે ભરાઈ રહે છે, અને વેણ જોરથી આવે છતા માથું બહાર આવતું નથી. આવી સ્થિતિ માલમ પડે કે તરત સારા દાક્તરને બોલાવવો કારણ કે આવી સ્થિતિમા દાયણ કોઈપણ રીતે પ્રસવ કરાવી શકતી નથી

(૮) જોડકું

જોડકાના સંતાનો હમેશા જુદા જુદા ત્વચાવરણમાં જુદાં જુદાં રહે છે વળી તેનાં ફૂલ પણ જુદા જુદા હોય છે કોઈ કોઈ વેળા ફૂલ એક પણ હોય છે, પરતુ આવી સ્થિતિમાં તેઓના ત્વચાવરણ જુદાં જુદાં હોય બનેમાંથી એક મોટુ ને બીજું નાનું હોય છે આવી સ્થિતિમા હમેશા બંનેનાં માથાં નીચે જ હોય છે પ્રસવ પણ લગભગ સ્વાભાવિક પ્રસવ મુજબ જ થાય છે તો પણ સહેજ વિલંબ થાય છે ખરો. પ્રથમ બાળક આવ્યા બાદ બીજું બાળક આવે છે,

અને ત્યારબાદ પહેલા બાળકનું ફૂલ તથા ત્વચાવરણ અને ત્યારબાદ બીજા બાળકનું ફૂલ અને ત્વચાવરણ બહાર આવે છે, આવી સ્થિતિમાં કોઈ કોઈ વેળા એકનું માથું ને બીજાના નિતંબ કે પગ નીચે હોય છે. આવી સ્થિતિમાં હેડલોકિંગ અગર માથાં જો જડાઈ જાય તો ભયંકર સ્થિતિ થઈ પડે છે.

(૧) જો પહેલાં બાળકના નિતંબ પ્રથમ આવે તો ધડ સુધીનો ભાગ એકદમ બહાર આવશે. આવે વખતે જો બીજા બાળકનું માથું નીચે ઉતરી આવે અને બંનેની હડપચીઓ એક બીજાની હડપચી સાથે ભરાઈ જાય તો તેને "હેડ લૅાકિંગ" કહે છે. બંનેનાં માથાં નીચે હોય તો પણ આવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે. અથવા એકના નિતંબ આગળ વધે એટલે બીજાના પગ તેની છાતી સાથે લબાઈ ભરાઈ જાય તો પણ આવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન થાય છે. આ સ્થિતિમાં પહેલું બાળક તો લગભગ મરી જ જાય છે.

(૨) બાળક જો કદમાં નાના હોય તો એકી સાથે બહાર આવી શકે છે.

(૩) બંનેની નાડી પરસ્પર ગુંચવાઈ જાય તો બાળક મરણ-શરણ થાય છે.

(૪) આવી સ્થિતિમાં ત્વચાવરણમાં વધારે પ્રમાણમાં પાણી પણ હોઈ શકે.

(૫) ફૂલનું આગળ આવવું પણ આવી સ્થિતિમાં સંભવિત બને છે.

(૬) પ્રસવ બાદ રક્તસ્રાવ વિશેષ પ્રમાણમાં થાય છે.

(૭) વાઈ કે એકલામ્પશિયાનો રોગ પણ આવી સ્થિતિમાં લાગુ પડી જાય છે.

(૮) મોટું બાળક નાના બાળકને દાબી દઈ મારી નાખે એવો પણ સંભવ ઉભો થાય છે.

નિશાનીઓ —

પેટ બહુજ મોટુ ને ભારે હોય અને દુખ વધારે પડે તો જોડકું હોવાની શકા પડે છે. વળી કોઈ કોઈ વેળા પેટના મધ્યભાગમા ખાચો દેખાય છે. પેટ દાબી જોતા બે માથાં જણાય છે. હૃદયના શબ્દો પણ બે બાજુએ જુદે જુદે સ્થળે સભળાતા જણાય છે. બાળકનો પ્રસવ થયા બાદ જો હજુ પેટ મોટુ લાગે તો તપાસ કરતાં જણાશે કે હજુપણ એક બીજુ બચ્ચું પેટમાં બાકી રહ્યુ છે

સારવાર:—પ્રસવવ્યથા શરૂ થાય કે તરત બે બાળકને માટે જે જે સામગ્રી ઉપયોગી હોય તે સર્વ એકત્ર કરી રાખવી. આવી સ્થિતિમાં ગર્ભિણીને રક્તસ્રાવ વિશેષ પ્રમાણમા થાય છે માટે તે માટે સઘળી તૈયારીઓ અગાઉથી કરી રાખવી. સામાન્ય નિયમો મુજબ પહેલું બાળક બહાર આવે એટલે તેનો નાળ બે બંધન બાંધી વધેરવો ત્યાર બાદ બીજા બાળકનું માથું કે નિર્તંમ બનેમાંથી શુ નીચે છે તે તપાસવુ અને વેણુ ન આવે ત્યાસુધી રાહ જોવી. અર્ધો કલાક વીતી જાય છતા બીજી વાર વેણુ ન આવે અને પહેલા બાળમ્નુ ફૂલ ન પડે તો બીજા બાળકના ત્વચાવરણને ચીરી નાખવુ અને ગર્ભાશય ઉપર હાથ ફેરવી વેણ આણવાનો પ્રયત્ન કરવો બીજુ બાળક અવતર્યા પછી ગર્ભાશય સારી રીતે દબાવી રાખવુ જ્યાસુધી બને ફૂલ બહાર ન આવે ત્યાસુધી આમ કરવુ બીજા સંતાનનું માથુ અગર તેના નિર્તંમ સિવાય તેનો બીજો કોઈ ભાગ પડેલો આવે અગર રક્તસ્રાવ થાય તો તરતજ દાક્તરને બોલાવવો જો પહેલું બાળક અવતર્યા પછી તરતજ ફૂલ બહાર આવે તો વધારે રક્તસ્રાવ થવાનો સંભવ હોય છે. કારણ કે આવી સ્થિતિમાં ગર્ભાશય રીતસર સંકોચ પામી શકતું નથી આવી સ્થિતિમાં પ્રસવ બાદ એક ડ્રામ અગર ૬૦ ટીપા ટિંચર અર્ગટ આપી રાહ જોવી અને જોવુ કે ગર્ભાશય સંકોચ પામે છે કે નહિ.

(૯) હાઈડ્રો કેફેલસ અગર બીજી જાતની વિકૃતિ. કોઈ કોઈ વેળા બાળકના માથામાં પાણી હોય છે. આ સ્થિતિને અંગ્રેજીમાં હાઈડ્રો કેફેલસ કહે છે. આવી સ્થિતિમાં માથાનો આકાર બહુ મોટો હોય છે અને માથાના હાડકાં જુદાં જુદાં જણાય છે. માથું એ ત્વચાવરણ હોય તેવો ભાસ થાય છે. તો પણ માથાના હાડકાંનાં સંયોગસ્થળો વચ્ચેનો ભાગ બહુ જ મોટો અને પાણીથી ભરપૂર જણાય કે તરત સારા દાક્તરની મદદ લેવી એજ ઠીક ગણાય.

(૧૦) સખત માથું—

કોઈ કોઈ વેળા દશ માસ પછી સંતાન પેટમાં પડ્યું રહે તો અગર મોટી ઉમરે ગર્ભ રહ્યો હોય તો સંતાનના માથાના હાડકાં જાડાં બની જાય છે અને માથાના હાડકાંનાં સંયોગસ્થળો ક્યાં છે તેનો પણ પત્તો લાગતો નથી. આવી સ્થિતિ માલમ પડે કે તરત સારા દાક્તરને બોલાવવો.

કોઈ કોઈ વખતે અદ્ભુત આકૃતિવાળાં સંતાનો પણ પ્રસવદ્વાર દ્વારા આ દુનિયાના રંગ અનુભવવા આવે છે. અંગ્રેજીમાં તેને 'મન્સ્ટર' કહેવામાં આવે છે.

૨૬

સુવાવડમાં પાળવાના નિયમો

પ્રસવ થયા બાદ દાયણે ૧૦ દિવસ સુધી નીચેની બાબતોના સમાચાર લેતા રહેવું

(૧) ઊંઘ બરાબર આવે છે કે નહિ ? જો કોઈ પણ પ્રકારની અડચણ માલમ પડતી હોય તો તેનાં કારણો તપાસવાં. બારી બારણાં

ચોમેરથી બંધ કરી સૂવું એ ઠીક નથી. તેથી ઓરડાનો ખરાબ વાયુ બહાર નીકળી શકતો નથી. અને તે ખાતર ગર્ભિણીની ઉંઘને અડચણ પડે છે. વળી જો એ ઓરડામાં છાણાં કે લાકડાનો અગ્નિ સળગાવી રાખ્યો હોય તો ઓરડાનો વાયુ એટલો બધો ખરાબ બની જાય છે કે તેને શ્વાસમાં લેવાથી એક જાતની વિષક્રિયા ઉત્પન્ન થાય છે અને તે વિષક્રિયા ગર્ભિણી અને બાળકને મૃત્યુસમાન નીવડે છે એ માટે સાવચેતી રાખી એ ઓરડામાં કદી પણ અગ્નિ સળગાવવો નહિ તેમજ કડી તેલની બત્તી સિવાય બીજી કોઈ પણ પ્રકારની ઉગ્ર પ્રકાશવાળી કેરોસીનની બત્તી સળગાવવી નહિ જાળી ને બારી બારણાં એવી રીતે ખુલ્લાં રાખવા કે તેમાં થઈને કોઈ પણ જીવજંતુ અંદર પ્રવેશ કરે નહિ અગર પવનનો ઝપાટો સુવાવડી કે બાળકના શરીર પર લાગે નહિ રાતના દસ વાગ્યા પછી બાળકને ધવરાવવા માટે સુવાવડીને ઉંઘમાંથી ઉઠાડવી નહિ

(૨) દરરોજ સુવાવડીને સારી રીતે તપાસી જોવી —તેનું શરીર ધીમે ધીમે સુધરતું જાય છે કે નહિ તે ખાસ જોવું સુવાવડીનું મોં તથા આંખ ખરાબ જણાય તો નક્કી માનવું કે તેને ઉંઘ બરાબર આવતી નથી. છતાં તે એમ કહે કે મારું શરીર સારું છે તો જાણવું કે સ્થિતિ ધારવા કરતાં પણ વધારે ખરાબ છે આવે વખતે કયા કયા કારણોને લીધે આમ બને છે તેની કાળજીપૂર્વક તપાસ કરવી.

(૩) સુવા બેસવાનું કેમ બને છે. પ્રસવ બાદ ત્રણચાર અઠવાડીઆ સુધી સુવાવડીને પથારી પરથી ઉઠવા દેવી નહિ. કેવળ ઝાડોપિશાબ કરવો હોય ત્યારે જ તેને ઉઠવા દેવી. પહેલા બે ત્રણ દિવસ તો બેસવા પણ દેવી નહિ ૪-૫ દિવસ પછી સહેજ સહેજ બેસવા દેવાનું શરૂ કરવું આ વખતે પણ જો સાવ સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં હોય તો જ તેને બેસવા દેવાની રજા આપવી

પ્રથમ તો એકાદ બે કલાક ચત્તા સુવાનું કહેવું પછી આડે

પડખે થવાનું કહેવું પણ તે વખતે પેટ પકડી રાખવું. ૩–૪ દિવસ સુધી તદ્દન પથારી વશ રહેવું. આ વખતે જો ઝાડો પિશાબ કરવાનો હોય તો 'બેડપેન' અગર બીજી કોઈ વસ્તુમાં કરાવવો. ચારપાંચ દિવસ પછી બે હાથને આધારે સહેજ ઉચા થઈ ઝાડો પિશાબ કરવાનું કહેવું. પાંચેક દિવસ વીસા બાદ ઓશીકાને અઢીંગી થોડો વખત બેસવાની ટેવ પાડવી. ૬–૭ દિવસ પછી ઉઠવા બેસવાની રજા આપવી, પરંતુ તે બિછાના પર જ. આ પણ ક્રિયા થોડા વખતની જ છે એ બાબત ધ્યાન ખેંચવું. દિવસનો મોટો ભાગ આ વખતે પણ પથારીમાં સૂતાં સૂતાં જ પસાર કરવાનો છે. ૯–૧૦ દિવસ પછી બિછાના પરથી નીચે ઉતરી શકાય એટલું જ. આ બધું ધીમે ધીમે અતિશય કાળજી રાખી કરવું. સૂતા રહેવાથી હાથ, પગ, કે કમરમાં લોહીનું ફરવુ ઓછું થાય છે. માટે એકાદ અઠવાડીયા પછી સુવાવડીના હાથ, પગ, કમર, પીઠ વગેરે દાબવાં અને તે પર શેક કરવો. પરંતુ પેટ કે સાથળ પર દબાણ કરવું નહિ. દસ દિવસ પછી હાથ પર શરીર ટેકાવી સહેજ ચાલવું, પણ પગ પર આખા શરીરનું વજન આવે તેમ ટટ્ટાર થઈ ચાલવુ નહિ. માથું નીચું રાખી, બંને હાથે પર શરીર ટેકાવી બે પગ સીધા રાખી સવાર સાંજ સહેજ ચાલવું. આમ કરવાથી ગર્ભાશય ઉલટાઈ જવાની બીક રહેતી નથી. ૧૪ દિવસ પછી સહેજ ઉભા રહેવાની ટેવ પાડવી. અને ચાર અઠવાડીઆ પછી અગર એક માસ બાદ ઓરડો છોડી બહાર આવવું. પરંતુ ઉઠબેસ કર્યા પછી જો વળી રક્તસ્રાવ થાય તો ફરીથી પથારીમાં સુવાનું કહેવું. વળી જો પ્રસવદ્વાર ચિરાય તો વધારે દિવસ પથારીમાં સૂઈ રહેવાનું જણાવવું. ત્રણ માસ સુધી સાવચેતી રાખી પરિશ્રમનું કામ કરવું નહિ. ઘણી સુવાવડી સૂતિકાગૃહમાં જે મહેનતનું કામ કરે છે, તેને પરિણામે તેને આકસ્મિક રક્તસ્રાવ થાય છે અને તેથી તેનું મૃત્યુ નીપજે છે.

(૪) પ્રસવ પછીની વેદના:—પ્રસવ થઈ ગયા પછીની પીડા

કેટલીક વેળા એવી જોરદાર હોય છે કે સુવાવડીને નિરાતે ઉંઘ પણ આવતી નથી. લોહીની ગાંઠો, પડદાની કચરો કે ફૂલના ટુકડા જો કોઈ પણ કારણને લીધે ગર્ભાશયમાં રહી જાય તો આ પ્રકારની પીડા થાય છે, અને એ પીડાને લીધે એ બધું બહાર નીકળી જાય એવું પણ બને છે. આથી સુવાવડીને સાધારણ પીડા થાય છે ખરી, પરંતુ તેથી તેને ખાસ ગેરફાયદો કંઈ જ થતો નથી. ઉલટું આમ થવાથી સરવાળે ફાયદોજ થાય છે. આવે વખતે ગર્ભાશય બહુ જ ધીમેથી ચોળવાથી તે સંકોચ પામશે અને અંદર ભરાઈ રહેલો કચરો બહાર નીકળી આવશે. જો પીડા બહુ જ થાય તો દાક્તરને બોલાવવો. પેટ ચોળતી વેળા ધ્યાન રાખવુ કે વધારે દબાણ કરવાથી, અંદરનું ગર્ભાશય પાકી જાય છે. આવી સ્થિતિમાં જે કંઈ કરવું તે સાવચેતી રાખી કરવું.

(૫) પ્રસવ થયા પછીનો પિશાબ—પ્રસવ થયા પછી બીજે દિવસે જઈ તપાસ કરતા માલમ પડે કે સુવાવડીને ૧૦-૧૨ કલાક થયાં પિશાબ થયો નથી, તો તેને ઉંધા પડી પિશાબ કરવાનું કહેવું. જો આ રીતે પિશાબ ન થાય તો પેટપર ગરમ પાણીનો શેક કરવો અગર પિશાબદ્વાર ઉપર ગરમ પાણીની ધાર કરી શેક કરવો. ફુવારા ઝાડો કરાવવાથી પણ પિશાબ થાય છે. જો તેમ ન બને અને દુઃખ વધતું જાય તો બીજા ૫-૬ કલાક રાહ જોયા બાદ શલાકા (કેથિટર) દ્વારા પિશાબ કરાવવો. વળી જો એમ જણાય કે સુવાવડી ન જાણે તે રીતે પિશાબ થઈ જાય છે, તો સારા દાક્તરને બોલાવી આ દરદની ચિકિત્સા કરાવવી. કારણ કે પિશાબની નળી કે થેલી ફાટી ગઈ હોય તો પ્રસવના રસ્તા દ્વારા પિશાબ ઝરે છે.

(૬) બંધકોશ છે કે નહિ તે જાણવું:—બહુ જોર વાપરી ઝાડો કરવાની હમેશાં મના કરવી. કારણ કે એમ કરવાથી નાડી નીચે નમી પડવાનો સંભવ રહે છે. પ્રસવને બીજે દિવસે એકાદ

અધોળ એરંડિયું તેલ પીવરાવી દેવું. જો તેનાથી ઝાડો ન થાય તો ડુશનો પ્રયોગ કરી ઝાડો કરાવવો. ઝાડો જો અજ્ઞાન સ્થિતિમાં થાય અગર પ્રસવમાર્ગદ્વારા થાય તો સારી રીતે પરીક્ષા કરી જોવું કે પ્રસવપથને મળદ્વાર એક તો થઈ ગયું નથી? જો એવું જણાય તો તરત જ સારા દાક્તરને બોલાવવો.

(૭) સ્રાવ બરાબર થાય છે કે નહિ તે બરાબર તપાસવું:— રક્તસ્રાવ જો બહુ જ વધારે થાય અને જામેલું લોહી હળવે હળવે બહાર પડે, વળી ૧૪–૧૫ દિવસ પછી પણ જો લોહીની ગાંઠો પડે તો સારા દાક્તરને તે બધું બતાવવું. સ્રાવ ઘણી વેળા અંદર જામી જાય છે. આ માટે વખતો વખત સુવાવડીના ખભા ઉંચા કરી પકડી રાખવા. અથવા ઉંધા પાડી પિશાબ કરાવવો. આથી સ્રાવ બરાબર ખુલાસે થઈ જશે. ઓસીકાં તરફ એકાદ ઇંટ રાખી ખાટલો ઉંચો કરવાથી સ્રાવ સ્વાભાવિક નિયમ મુજબ બહાર પડી શકે છે. વળી સ્રાવ નિયમિત રીતે ધોઈ સ્વચ્છ રાખવામાં આવે છે કે નહિ તે વિગત બરાબર તપાસવી. લાઈસોલ લોશનથી સ્રાવ વળગી રહ્યો હોય તે બાહ્ય ભાગ ધોઈ નાખવો. ૨–૩ દિવસ પછી જો સ્રાવમાં દુર્ગંધ પેદા થાય તો ડુશ વગેરે સાધનો ઉકળતા પાણી વડે સ્વચ્છ બનાવી ટિંચર આયોડિનના દ્રાવણ વડે ડુશ આપી અંદરનો ભાગ સાવચેતીથી ધોઈ નાખવો. જેટલીવાર પિશાબ કે ઝાડો કરવો તેટલીવાર બોરિક કોટન લોશનમાં ભીંજવી ગુહ્ય ભાગ લુછી નાખવો અને પછી એ રૂના પોલ વડે એ ભાગ બાંધી રાખવો. આ રૂનો પોતો પ્રથમ બાર કલાક બબ્બે કલાકને આંતરે બદલાવવો. ત્યાર બાદ દરરોજ ૪–૫ વાર બદલાવવો. સ્રાવમાં વધારે પ્રમાણમાં દુર્ગંધ છૂટે તો દાક્તરને બોલાવવો.

(૮) ગર્ભાશય ધીમે ધીમે નાનું થતું આવે છે કે નહિ તે જોવું:— દશ દિવસ દરમિયાન પણ પેટ દાબવાથી ગર્ભાશય જણાઈ આવે

છે. જો તે ધીમે ધીમે નાનું ન થતું ન જાય તો તેને એક જાતનો રોગ સમજવો અને દાક્તર દ્વારા તેની સારવાર કરાવવી.

(૯) બાળકને ધવરાવવા સુવાવડી નારાજ છે કે નહિ ?– જો નારાજ હોય તો એ સ્થિતિ કેવળ અસ્વાભાવિક જ ન ગણાય, પણ બાળક અને માતા બંનેને માટે અનિષ્ટકારક ગણાય. પહેલું તો બાળક ધાવવા માંડે એટલે ગર્ભાશય સખત ને નાનું થાય છે. જ્યારે બાળક ન ધાવે ત્યારે એ ફાયદો થતો નથી. બીજું, બાળક ધાવે તો ધીમે ધીમે દૂધ આવે છે, અંદર જમા થઈ જતું નથી; વળી સ્તન બાળકના મુખમાં ન અપાય કે મોડું અપાય તો તે ફૂલે છે, તણાય છે અને કઠણ બની જાય છે તથા ડીંટડી અંદર પેસી જાય છે. આવી સ્થિતિમાં સ્તન તણાવવાથી ખૂબ પીડા થાય છે ને ડીંટડી પર ઘા લાગે છે. ત્રીજું, જે માતાઓ બાળકને ધવરાવતી નથી તેઓ જલદીથી પાછી ગર્ભિણી બને છે ચોથું, પહેલા બે દિવસ સ્તનમાં એક જાતનું લોટ જેવું પીળચટા રંગનું દૂધ આવે છે તે પીવાથી બાળકને દસ્ત ખુલાસે થાય છે. મડમો બાળકને ધવરાવતી નથી, પરિણામે ૧૦૦૦ બાળકોમાંથી ૧૩ કેવળ પેટમાંની પીડાને લીધે જ માર્યાં જાય છે. પરંતુ આપણા દેશની માતાઓ જાણે છે કે માનું દૂધ એ બાળકને માટે અમૃતની ગરજ સારે છે, તેથી આવી સ્થિતિમાં પેટની પીડાને લીધે અત્રે ખૂબ ઓછાં બાળકો મરી જાય છે. પરંતુ આપણે ત્યાં હવે યુરોપનો પવન ફેલાવા લાગ્યો છે બાળકને ધવરાવવામાં ઉચ્ચ વર્ગ નાનમ સમજવા લાગ્યો છે, અને તે પરિસ્થિતિ અનેક રોગથી ભરપૂર આપણા દેશને માટે વિષમ બનશે એમાં કંઈ શક નથી. પાંચમું એ કે જે જે બાળક સ્તનપાન કરતાં નથી તેનાં જડબાં અને પેઢાં મજબૂત થતાં નથી. માટે દરેક માતાએ પોતાનાં બાળકને સ્તનપાન કરાવવું જ ઘટે.

(૧૦) સ્તનમાં દૂધ ઓછું હોય:—સુવાવડીને આવી સ્થિતિમાં પ્રવાહી પરંતુ પુષ્ટિદ ચીજો ખાવા આપવી. ખાસ કરીને દૂધનું

પ્રમાણ વધારવું. ચા ન આપવી. દૂધ વધારવાનાં બીજાં કેટલાંક ઔષધો છે કે જેની પોટિસ સ્તન પર બાંધવાથી અગર તે દવા સ્તન પર લગાડવાથી દૂધ વધે છે. તેનો સારા વૈદ દાક્તરની સલાહ લઈ ઉપયોગ કરવો. કપાસીઆમાંથી એક પ્રકારનું ઔષધ તૈયાર થાય છે. એ ઔષધ દૂધ વધારે છે. માટે જો દાક્તર સલાહ આપે તો તેનો ઉપયોગ કરવો. જો સુવાવડીનું દૂધ કોઈ પણ રોગને લીધે ઓછું થઈ જાય, તો તે વધારવાનો પ્રયત્ન ન કરતાં મૂળ રોગ મટાડવાના પ્રયત્નો કરવા.

(૧૧) જો વધારે દૂધ હોય:—આવી સ્થિતિ હોય તો જુલાબ આપવો. સ્તન પર રૂ વીંટાળી સહેજ ઊંચે બાંધી રાખવાં અને પાણીનું પ્રમાણ ઘટાડવું આથી પણ જો દૂધ વધતું ન અટકે ને સ્તન દુખ્યાં ન જ પડે તો વધારે પડતુ દૂધ કાઢી નાખવું એજ હિતકર છે.

બાળકને ધવરાવતા જતાં જો સુવાવડી અતિશય દુર્બળ બની જાય, આંખે અંધારાં જુએ, તેનુ માથુ ફરેવા માડે, છાતી ધબકે, નિશ્વાસ મૂકતા કષ્ટ પડે, કમર કે પીઠ દુ.ખે, સારી રીતે ઊંઘ ન લે, યાદશક્તિ ઓછી થઈ જાય, નો માનવુ કે સુવાવડી બાઈ બચ્ચું ધાવે છે તે સહન કરી શક્તી નથી. આવી સ્થિતિમાં તરત જ બાળકને ધવરાવવાની ના પાડવી. વળી સુવાવડીને સુતિકાજ્વર, ક્ષય, ગરમી વગેરે રોગ હોય તો પણ બાળકને ધવરાવવાની ના પાડવી. બાળક ન ધાવે ત્યારે દૂધ સૂકવી નાખવુ પડે છે. બાળક ન ધાવે કે તરત દૂધ એની મેળે સૂકાઈ જાય છે. પરંતુ દૂધ જામી જાય તો તેને ગાળી નાખવુ જોઈએ. 'બ્રેસ્ટપમ્પ' વડે આ કાર્ય કરી શકાય છે.

બાળક જેમ જેમ મોટું થતું જાય છે, તેમ તેમ સ્તનમાંનું દૂધ પણ વધતું જાય છે. આ કુદરતી નિયમ છે પરંતુ હાલમાં સ્ત્રી વર્ગ પોતાના શરીર પ્રત્યે બેદરકાર બન્યો છે અને તેથી બાળકને જોઈએ તેટલું દૂધ પુરૂં પાડી શકતો નથી. આ માટે પ્રત્યેક માતાએ શરીર પોષવા પ્રત્યે ખાસ લક્ષ આપવું. કુદરતી નિયમોને અનુસરવું અને મૌષ્ટિક ખોરાક લેવો.

(૧૨) સ્તનમાં દૂધ ઓછું હોય તો ગાયનું દૂધ આપવું. ગાયનું દૂધ ક્યા નિયમ મુજબ પાવું તે આગળ આપવામાં આવશે.

(૧૩) બીજી સ્ત્રીઓના દૂધના સેવનથી બાળકને અનેક પ્રકારની મુશ્કેલીમાંથી પસાર થવું પડે છે. એ બાઈનામાં કંઈ કંઈ રોગ હોય, રક્તદોષ હોય તો તે બાળકનામાં પ્રવેશ કરે છે. આ પ્રમાણે કરવાથી ઘણાં બાળકો ગરમી ને ક્ષયનો ભોગ થઈ પડે છે.

(૧૪) ચોથે કે પાંચમે દિવસે દૂધનો તાવ આવી જાય છે. પરંતુ તેથી બહુ બીવાનું કંઈ કારણ નથી. પરંતુ તાવ વધારે પ્રમાણમાં હોય તો અવશ્ય સારા દાકતરને બોલાવવો.

(૧૫) પથ્યઃ—આ બાબતમાં સુવાવડીની અવસ્થા મુજબ વ્યવસ્થા કરવાની જરૂર છે. સુવાવડી જો તદુરસ્ત સ્થિતિમાં હોય અને બીજી કોઈ પણ જાતની ઉપાધિ ન હોય તો દૂધ આવે ત્યાં સુધી અર્થાત્ પહેલા ત્રણ દિવસ સુધી સાબુ ચોખાની કાંજી આપવી. તીખું તમતમતું કંઈ પણ આપવું નહિ. કારણ કે તેથી તેના પેટમાં દુઃખાવો ઉપડે છે અને કદાચ મરડો પણ થઈ જાય છે. ત્રણ ચાર દિવસમાં દસ્ત ખુલાસે થાય ત્યારે ભાત, મગનું પાણી વગેરે આપી શકાય. ખોરાક કદી ભારે ન હોવો જોઈએ. જે સહેલાઈથી પચી જાય તે આપવું. તરસ લાગે તો પુરતા પ્રમાણમાં પાણી આપવું, પરંતુ જમતી વેળા વધારે પ્રમાણમાં પાણી પીવુ નહિ.

(૧૬) નાવણ નાવું:—બે અડવાડીઆ બાદ અર્થાત્ પ્રસવ પછી ૧૫ દિવસ પછી સુવાવડીને નવશેકા પાણીથી નવરાવવી. એક માસ સુધી આ પ્રમાણે નવશેકા પાણીથી અગર શરીરે સહન થઈ શકે તેવાં ઠંડા પાણીથી ધીમે ધીમે નવરાવવાનું ચાલુ રાખવું. માથું હમેશાં ઠંડા પાણીથી ધોવું અને ઓરડાની અંદરજ ન્હાવાની વ્યવસ્થા હોઈપણ બીજી જગાએ જઈ ન્હાવાની, સ્પષ્ટ મના કરવી:

ઘણી સુવાવડી સ્ત્રીઓ ૯–૧૦ દિવસે નદીએ નહાવા જાય છે અને પરિણામે જ્વરવિકાર ભોગવી મરણ પામે છે.

(૧૭) **અંગોની કસરતઃ**—કેવળ સૂઈ રહેવાથી આળસુ બની જવાય છે. તેથી એક અઠવાડીયું વીતી ગયા પછી હાથ પગ, કમર, પીઠ વગેરે ચોળી સુકો શેક કરવો. સૂતાં સૂતાં પણ હાથ પગ વાળી લાંબા કરવાથી ઢીલું પડી ગએલું પેટ સખત થાય છે અને શરીરમાં બળ આવે છે. ઉઠવા બેસવાની ટેવ પાડવાથી માથું ફરતું બંધ પડે છે. આ પ્રમાણે કેટલીક વાર અંગ કસરત કરવાથી શરીર ધીમે ધીમે સુગ્ય બને છે. જેઓને જોડકું અવતરે છે, પેટમાં વધારે પાણી હોય, વરસે વરસે બાળક આવતું હોય અને તેને લીધે પેટ મોટું થઈ ગયું હોય, તેને માટે આ પ્રમાણે કરવાની ખાસ જરૂર પડે છે. પેટનો દુઃખાવો અગર બીજો કંઈ રોગ હોય તો આ પ્રમાણે કરવાની કંઈ જ, જરૂર નથી.

(૧૮) **છેલ્લી તપાસણીઃ**—ચોથું અઠવાડીઉ પુરૂં થયા બાદ અગર દોઢ માસ પછી એક વાર છેલ્લી તપાસ કરવી. ગર્ભાશય જો સરી ગયું હોય તો દાક્તરને બોલાવી તેને તેની જગાએ પેસરી વડે બેસાડી દેવુ. જો સફેદ કે લાલ સ્રાવ થાય, પિશાબ ને ઝાડો અજાણતાં થઈ જાય, યોનિમાં અવાજ થાય કે બીજી કોઈ જાતની ઉપાધિ હોય તો તરત જ દાક્તરની સલાહ લેવી.

બાળકને ધવરાવવાના નિયમો

૧. **બાળકને ધવરાવવાની ખરી કેળવણી** —ખરી કેળવણીને અભાવે હાલની સ્ત્રીઓ સંતાનપાલનના જરૂરી નિયમો પાળવા અસમર્થ બને છે માટે પ્રત્યેક સ્ત્રીએ આ નિયમો પાળવાના પ્રયત્નો કરવા. સામાન્ય રીતે બાળકને ધવરાવવા સંબંધમાં નીચલા દોષો જોવામાં આવે છે.

૨. **તરતનાં જન્મેલાં બાળકનો ખોરાક**:—તાજાં જન્મેલાં બાળકને કેવી રીતે ખોરાક આપવો તે ઘણાખરાં માણસો જાણતાં નથી. સંતાન પ્રસવે એટલે પહેલા એકાદ બે દિવસ સુવાવડીના સ્તનમાં દૂધ હોતું નથી. આવી સ્થિતિમાં કેટલાક ગાયનું દૂધ પીવરાવે છે. પરંતુ તાજા જન્મેલા બાળકને માટે ગાયનું દૂધ એ સ્વાભાવિક ખોરાક નથી આવો ખોરાક આપવાથી તેના પેટમાં નાના પ્રકારની પીડા થાય છે. પ્રસુતિગૃહમાં બાળકને સાફ કર્યા બાદ તરતજ ધવરાવવુ. આ વખતે થાનમાં જે લોટની કણીઓ જેવુ દૂધ હોય છે તેજ બાળકને માટે પુરતો ખોરાક થઈ પડે છે. અને તે પી બાળક મરતું બચે છે આ વખતે ગાયનું દૂધ તેને માટે નકામું છે તો પણ માતાનું દૂધ ન મળે તો ગાયનું દૂધ માતાના દૂધ જેવુ બનાવી આપી શકાય. પ્રથમ દિવસે પ્રસવના બાર કલાક દરમિયાન ૬ કલાકને અંતરે બાળકને ધવરાવવું. આથી વધારે વખત ધવરાવવાથી બાળક અને સુવાવડી બંનેને કષ્ટ પડે છે પ્રત્યેક સ્તન ઓછામાં ઓછી ૧૦ થી ૧૫ મિનિટ પછી ધાવવા આપવુ બાળક જો સારી રીતે ધાવી ન શકે તો ચાર કલાકને અંતરે ધવરાવવું બાળક જો વધારે ધાવવા માગે તો ચા પીવાનો ચમચો ભરી ઉકાળેલું ને પછીને ઠંડુ પાડેલું પાણી આપવું.

આ સમયે આવાં ભુખાળવાં સંતાનને થોડું થોડું મધ ચટાડવાની વ્યવસ્થા કરી શકાય. આ વ્યવસ્થા કરવામાં આવે તો તેનું પરિણામ સારૂં આવે છે. કોઈ કોઈ ઉકળેલા સ્વચ્છ પાણી સાથે (૧ પાઈન્ટમાં ૧ ચમચો) દૂધ સાકર મેળવી પીવરાવે છે. આ વ્યવસ્થા પણ મધ ન મળે તો સારી છે. માતાનું દૂધ એ બાળકને માટે કુદરતી ખોરાક છે. ૭ માસ સુધી માતાનું દૂધ પીનાર બાળક શરીરે બલિષ્ટ બને છે. માતાનું દૂધ પીવાનો બાળકનો જન્મગત અધિકાર છે. પ્રસવ બાદ પ્રથમ માતાના સ્તનમાં દૂધ આવે છે. આ દૂધ લોટના જેવું ને બહુજ જાડું હોય છે. આ દૂધના પાનથી બાળકને ઝાડા પિશાબની કબજિઆત રહેતી નથી. પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા માતાના ગર્ભમાં જીવનું સર્જન કર્યા બાદ તેને માટે માતાના સ્તનમાં દૂધની વ્યવસ્થા કરી રાખે છે. એ ખોરાકની જ બાળકની સર્વાંગીન પુષ્ટિનું એક માત્ર સાધન છે. માટે માતાના દૂધ સિવાય બાળક સાચી પુષ્ટિ પ્રાપ્ત કરી શકતું નથી. ઇટાલિમાંના કોઈ કોઈ ગામના રહેવાશીઓ અતિશય અનારોગ્ય કૌટુંબિક અવસ્થામાં વસતાં છતાં ત્યાંના ખેડુ વર્ગમાં માતાના દૂધ પર ઉછરતાં બાળકો એટલાં રૂષ્ટપુષ્ટ જણાય છે કે તેની તુલનામાં કૃત્રિમ ઉપાય દ્વારા યત્નપૂર્વક ઉછેરવામાં આવતાં અને આદર્શ આબોહવામાં રાખેલાં બાળકોની સ્થિતિ અતિશય હીન હોય છે. વિલાયતની લોકલ ગવર્નમેંટના રિપોર્ટ પરથી જણાય છે કે ત્યાં ત્રણ માસની અંદરનાં બાળકો કે જેને આંશિક અગર સંપૂર્ણપણે કૃત્રિમ ખોરાક પર ઉછેરવામાં આવે છે તેનું મૃત્યુપ્રમાણ માતાના દૂધથી ઉછેરાતા બાળકોના મૃત્યુપ્રમાણ કરતાં ૧૫ ગણુ વધારે હોય છે. આ પરથી હમેશાં યાદ રાખવાનું છે કે ધાવણ પર ઉછરનારાં બાળકોને માટે ગાયનું દૂધ વગેરે કૃત્રિમ ખોરાક કદી પણ માતાના દૂધનું સ્થાન લઈ શકતો નથી. બાલ્યાવસ્થામાં માતાના દૂધને અભાવે કૃત્રિમ દૂધ પર ઉછેરવાનો દોષ મોટી ઉમરે જે કંઈ રોગ થાય છે તેનું મોટે ભાગે કારણ બને છે.

૩. બાળક રડે છે કેમ? ગમે તે કારણથી બાળક રડે તોપણ તેને સ્તન આપી શાંત કરાવવાની પ્રથા ચાલતી આવે છે. પરંતુ આમ કરવાથી સ્તનપાન કરાવવાને નિશ્ચિત સમય બરાબર જળવાતો નથી અને દૂધ હજમ થતું નથી. પરિણામે એ દૂધ પેટમાં નડે છે. અને બાળક વધારે ને વધારે રડે છે. પરંતુ એમ રડવાનું કંઈ કારણ ખ્યાલમાં ન આવવાથી તેને વારંવાર ધવરાવવામાં આવે છે. અને જો સ્તનમાં દૂધ ખૂટે તો છેવટે ગાયનું દૂધ પીવડાવવામાં આવે છે. સાથે સાથે બાળકના પેટનું અસુખ વધતું જાય છે તથા સુવાવડી પણ ધીમે ધીમે દુર્બળ થતી જાય છે. બાળકના રૂદનનાં બીજાં પણ નાનાં પ્રકારનાં કારણો હોઈ શકે. તેના પેટમાં દુઃખાવો થતો હોય, શરીર પર કંઈ વાગતું હોય અગર પાછળનું ઊંચું બટન દબાતું હોય અગર ગરમી કે ઠંડી લાગતી હોય અને તેથી બાળકને અગવડ થતી હોય તો પણ તે રડે છે. કીડી કે બીજાં કંઈ જીવડાંના જૂલમથી પણ બાળક રડે છે. માટે બાળક રડે કે તરત પ્રથમ તેનું કારણ જાણવાનો પ્રયત્ન કરવો અને પછી એ કારણ દૂર કરવું. રડે કે તરત વારંવાર વધારે પ્રમાણમાં દૂધ પીવરાવવાથી બાળક ઊલટી કરે છે. તેનું પેટ ચડે છે અગર તેને ઝાડા થાય છે. એ માટે બાળકને દરરોજ નિયમિત-પણે, વખતસર અમુક માપમાં દૂધ પીવરાવવું જોઇએ. સ્તનમાં દૂધ ભરાય ત્યારથી માંડીને પહેલા બે માસ સુધી ત્રણ ત્રણ કલાકને અંતરે અને ત્યારબાદ ચાર ચાર કલાકને અંતરે બરાબર ઘડિયાળમાં જોઈ બાળકને ધવરાવવાની ટેવ રાખવી જોઈએ. બંને સ્તન એક પછી એક સરખી રીતે વપરાશમાં ન આવે તો જો કે બાળકને તો પુરતું દૂધ મળે છે, પરંતુ બીજા સ્તનમાં દૂધ એકત્ર થવાથી તે ખેંચાય છે અને સુવાવડીને દુઃખ થાય છે. વળી એ સ્તનમાં દૂધ વધારે વખત એકઠું થઈ રહેતાં નાનાં પ્રકારનાં કારણોથી તે દુષિત બની જાય છે. અને એ દુષિત દૂધ બાળકના પેટમાં જતાં તેને પેટમાં દુઃખાવો ઉપડે છે.

સ્તનપાન કરાવ્યા પછી બાળકને વિશ્રાંતિ આપવી. - સામાન્ય

રીતે એ વખતે બાળક ઊંઘી જાય છે. આવી રીતે વિશ્રાંતિ ન આપતાં તેને ઉત્તેજિત કરવામાં આવે તો તેની પાચનશક્તિને અડચણ પહોંચે છે. અને બાળક અસ્વસ્થ બની જાય છે. માટે ધવરાવ્યા બાદ બાળકને શાંતિમાં રાખવાની વ્યવસ્થા કરવી.

ઘણુંખરાં બાળકોને એક વરસ સુધી રાત્રે એકવાર દૂધ પીવાની જરૂર પડે છે. દૂધ પીવરાવવાનો સમય થાય ત્યારે બાળક ઊંઘતું હોય તો તેને જગાડીને પણ દૂધ પીવરાવવું. આ વ્યવસ્થા નિષ્ઠુર માનવાની કંઈજ જરૂર નથી. કારણ કે નિયમનું ઉલ્લંઘન થવાથી બાળકને જે રોગો લાગુ પડે છે, તે કરતાં તેની ઊંઘ ઉડાડવી એ ઓછું ભયપ્રદ છે.

નિયમિતપણામાં બાળક જેટલું ટેવાય તેટલું તેને માટે હિતકર છે. સુવાવડીના સ્તનમાં દૂધ અસ્વાભાવિક રીતે વધતું જાય તો, એ દૂધ કાઢી નાખવું અને ફરીથી સ્વાભાવિક ન બને ત્યાં સુધી બાળકને ધવરાવવું નહિ. આવી વ્યવસ્થા કરવાથી બાળકના પેટની પીડા દૂર કરી શકાય છે.

૪. **દૂધની અસ્વાભાવિક વૃદ્ધિ:**—કોઈ કોઈ વેળા સુવાવડીના સ્તનમાં દૂધ અસ્વાભાવિક પ્રકારે વૃદ્ધિ પામે છે. આવી રીતે પુષ્કળ પ્રમાણમાં વધી ગએલું દૂધ પાવામાં આવે તો બાળકને પેટમાં દુઃખે છે. આવી સ્થિતિમાં માતાએ વધારે સાવચેત રહેવાની જરૂર છે.

૫. **સ્તનમાં દૂધ આવતું હોય ત્યારે માતાએ રાખવી જોઈતી સાવચેતી:**—સ્તન દૂધથી ભરેલ હોય, બાળક તે દૂધ પર જ નભતું હોય, ત્યારે માતાએ બહુ બહુ સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. તે સમય દરમિયાન વધારે પડતો શ્રમ કરવો નહિ. મનની લાગણીઓ પર કાબૂ રાખવો. ગુસ્સો, વધારે પડતો શ્રમ, દૂધને દૂષિત બનાવે છે અગર શોષી નાખે છે એ ખચિત યાદ રાખવું.

૬. સ્તનની ડીંટડી પર ઘાઃ—સ્તનની ડીંટડી પર કોઈ પણ પ્રકારનો ઘા પડે અગર કોઈપણ કારણને લીધે ત્યાં બળતરા થાય અગર જ્વરાદિ રોગ હોય તો બાળકને ધવરાવવાનુ બંધ કરવું. જો કે આ નિયમ પાળવા તરફ બહુ જ બેદરકારી રાખવામાં આવે છે અને તેને પરિણામે બાળકો પુષ્કળ દુઃખ વેઠી રહ્યાં છે.

૭ બંને સ્તનનો ઉપયોગઃ—બને સ્તન પુરતા પ્રમાણમાં વપરાશમાં લેવાં. પરંતુ કેટલીક માતાઓ બેદરકારીથી આ નિયમ પાળતી નથી.

૮. ધવરાવ્યા પછીનું કર્તવ્યઃ—ઘણી માતાઓ સ્તનપાન કરાવ્યા પછી તરત જ બાળકને ઘોડીઆમાં નાખે છે અથવા ઊંઘાડવા માટે હલાવી હલાવીને ધવરાવે છે. આ બાબતમાં ખાસ સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. સ્તનપાન હમેશાં સ્થિર બની નિરાંતે કરાવવાનું છે. તે કંઈ ઊંઘાડવાનું ઔષધ નથી. આમ કરવાથી બાળક ધીમે ધીમે દુબળું બનતું જાય છે.

૯. રાત્રે ધવરાવવુંઃ—ઘણી માતાઓ રાત્રે ઊંઘતાં બાળકને વારંવાર ઉઠાડી ધવરાવે છે. આ ખરાબ રીત છે. આથી બાળકની વિશ્રાંતિને ધોકો પહોંચે છે, અને વિશ્રાંતિ મળવાને લીધે સ્તનોમાં દૂધ ભરાતું નથી.

૧૦. ક્યારે ક્યારે સ્તનપાન ન કરાવવુંઃ—અતિશય થાક ચઢ્યો હોય, રાત્રિજાગરણ અગર અનિયમિત ભોજન કર્યું હોય, ક્રોધ, શોક, ભય વગેરે માનસિક ઉશ્કેરણી થઈ હોય અગર ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન દૂધ વિકૃત થતું હોય તો બાળકને ધવરાવવાનું બંધ કરવું. કારણકે એ સમય દરમિયાન બાળકને ધવરાવવાથી તેના શરીરને નુકસાની પહોંચે છે. ધવરાવતી વેળા જો એમ જણાય કે માથું ફરે છે, આંખે અંધારાં આવે છે, હૃદય જોરથી ધડકે છે, શ્વાસ લેવામાં અડચણ નડે છે અથવા રાત્રે પરસેવો વળવો વગેરે ઉપાધિઓ પેદા

થઈ છે, તો પછી સ્થિતિ સુધરે ત્યાંસુધી સ્તનપાન મુલતવી રાખવું એજ ઉચિત છે. પરંતુ આ બાબતમાં કોઈપણ માતાને સાવચેતી રાખતાં આવડતું નથી. આ નિયમોનું પાલન ન કરવાથી માતા થોડા સમયમાં ક્ષયનો ભોગ થઈ પડે છે એટલું જ નહિ, પરંતુ પોતે તો ક્ષયનો ભોગ થઈ પડે છે, સાથે સંતાનના શરીરમાં પણ તેનું ઝેર ફેલાવે છે.

૧૧. સ્તનની સારવારઃ—દરરોજ સ્તનપાન કરાવ્યા પછી અને પહેલાં ગરમ પાણીમાં એક સ્વચ્છ કપડું બોળી સ્તનની ડીંટડી લૂછી નાખવી. અને તે પછી થોડું દૂધ પસાર થવા દેવું. આ નિયમનું પાલન કોઈક માતા ભાગ્યેજ કરતી માલમ પડે છે, અને તેને પરિણામે સ્તનની બળતરા થાય છે, અગર ઘણી વેળા સ્તન પાકે છે અગર તેના પર ફોલ્લીઓ થાય છે. આનું કારણ એ છે કે અસ્વચ્છતાને લીધે દૂધની ધારાદ્વારા રોગનાં જંતુઓ અંદર પેસે છે, અને તેથી દૂધ બગડી જાય છે. આથી પોતાને તેમજ સંતાનને નાના પ્રકારની પીડા થાય છે.

૧૨. માતાએ રાખવી જોઈતી સાવચેતીઃ—ઘણી વેળા એવું બને છે કે માતા બાળકને પડખામાં લઈ ધવરાવે છે અને તેજ સ્થિતિમાં તે નિદ્રાવશ થઈ જાય છે. આ સ્થિતિમાં સ્તનના દબાણથી બાળકનું નાક દબાઈ જાય છે અને તેનો શ્વાસ રૂંધાઈ જાય છે. બાળક બિચારૂં સ્તનભાર દૂર કરવા જેટલી શક્તિ ધરાવતું હોતું નથી અને પરિણામે તેનું મોત નીપજે છે. આ માટે સ્તનપાન વખતે ખાસ સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. નિર્જન ઓરડામાં બેસી, નિશ્ચિંત ચિત્તે, સંતાનનું ભલું ઇચ્છતાં ઇચ્છતાં, બ્રહ્મચારિણી તાપસીની માફક નિષ્ઠાવાન બની સંતાનને સ્તનપાન કરાવવું. ધવરાવતાં ધવરાવતાં સંતાનને ખોળા પરથી ઉતારી વારંવાર સંસારનાં ગમે તે કામ માટે દોડવું એ ન ચાલે. વળી કામ કરતા જવું ને બાળકને ધવરાવતા જવું એ પણ ઠીક નથી. કારણ કે તેમ કરવાથી શરીર સાથે બન્ને સ્તનો પણ

ગતિમાન સ્થિતિમા હેાય છે અને તેથી બાળકના મેામાંથી ડીંટડી બહાર ખસી પડે છે આવી પરિસ્થિતિ બાળકને ભારે કટાળેા ઉપજાવે છે તેમ તેનુ અહિત કરનારી થઈ પડે છે આનુ પરિણામ એ આવે છે કે બાળકનેા સ્વભાવ ખીજાળ બની જાય છે બાળક પ્રત્યે માતાનેા વ્યવહાર સારેા હેાય તેા બાળકનેા સ્વભાવ પણ તેવેાજ બને છે.

૧૩ સ્તનપાનની મુદત:— ૯ માસથી માંડીને ૧૨ માસ સુધીમા ધાવણ છેાડાવવાનેા સમય આવી શકે એ સમય દરમિયાન બાળકને આગળના ૬–૭ દાત આવ્યા હેાય છે અને તે સમય ધાવણ છેાડવવા માટે સૌથી સારેા છે કેાઈ ખાસ કારણ ન હેાય તેા ૯ મહીના પહેલાં ધાવણ છેાડાવવાની કઇ જ જરૂર નથી જો દાત આવતા વિલબ થાય, બાળક બહુ દુર્બલ હેાય અને માતાને બાળક ધવરાવતા કઈ કષ્ટ ન પડતુ હેાય તેા એક વરસ સુધી સ્તનપાન કરાવવામા કઈ અડચણ નથી આ સમય પછી સ્તનમાંનું દૂધ ખરાબ થઈ જાય છે, અને ધવરાવવાનું ચાલુ રાખવાથી માતા દુર્બળ બની જાય છે દાંત આવતી વેળા બાળકના પેટમા દુ ખાવેા ઉપડે છે અને તેને લીધે તે બહુ દુબળું બની જાય છે માટે દાતનેા એક જથેા આવી ગયા પછી બીજો જથેા આવવા માટે તે પહેલાં ધાવણ છેાડાવવુ એ વધારે સારૂં છે

નવ માસ પહેલાં ધાવણ છેાડાવવાનાં કારણેા નીચે મુજબ હેાઈ શકે

૧. મેલેરિયા તાવની કૃપાથી અગર બીજા કેાઇ પણ રેાગને લીધે માતા અતિશય દુર્બળ બની ગઈ હેાય.

૨ માતાને ક્ષય, ગરમી વગેરે કેાઈ ચેપી રેાગ લાગુ પડ્યો હેાય.

૩. ગર્ભ રહ્યો હોય. કારણ કે ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન દૂધ દુષિત બને છે. આ સિવાય બીજાં કોઈ કારણને લીધે જેવાં કે સ્તનમાં દૂધ ન હોય અગર સંતાનને દૂધ માફક ન આવતું હોય.

ઉપલાં કારણો ન હોય તો નવ માસ પહેલાં કદી સ્તનપાન છોડાવવું નહિ. વળી એકાએક ધવરાવવાનું બંધ કરવું નહિ. પહેલાં રાત્રે ધવરાવવાનું બંધ કરવું. ફક્ત દિવસે જે ધવરાવવું. ત્યાર બાદ દિવસે ધવરાવવાનો સમય ઘટાડવો. આ પ્રમાણે કરવાથી દૂધ એની મેળે સુકાઈ જશે. બાળક જો કોઈ પણ રીતે ધાવવાનું ન છોડે, બીજું કંઈ પણ ન ખાય, તો તેને ભૂખનું થોડું થોડું દુઃખ વેઠવા દેવું. એમ કરવાથી ખોરાક લેવાની ઈચ્છા એની મેળે થશે. આ સમયે માતાએ ધીરજ રાખવી જોઈએ અને ખૂબ સાવચેતીથી વર્તવું જોઇએ. તેમ ન બને તો ધાવવાનું છોડી દીધા પછી બાળક દુર્બળ બની જાય અગર સામાન્ય કારણને લીધે બીજો રોગ પણ લાગુ પડી જાય એવો સંભવ છે. આ માટે માતાએ સર્વદા સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે.

૧૪. બાળકનું બીછાનું:—બાળકને સાધારણ રીતે સ્વતંત્ર બિછાનામાં રાખવું એજ ઉચિત છે. આથી આકસ્મિક દુર્ઘટનાનો સંભવ બહુ ઓછો રહે છે. માતાના નિશ્વાસ સાથે બહાર પડતા ખરાબ વાયુદ્વારા એનો શ્વાસવાયુ દુષિત બનવાના સભવ પણ એથી ઓછા થાય છે, અને માતાની પણ રાત્રે વારંવાર જાગી ધવરાવવાની ઈચ્છા પર અંકુશ પડે છે. માટે બાળકને જુદી પથારીમાં સુવાડવું અને રાત્રે નક્કી કરેલા સમયે ધવરાવવું.

૧૫. સ્તનપાન માટેનો સમય:—નીચે લખ્યા પ્રમાણે પ્રત્યેક માતાએ બાળકને ધવરાવવાના પ્રયત્નો કરવા.

બાળકની ઉંમર	દિવસમા કેટલી વાર	રાત્રે કેટલી વાર	ધવરાવવાના સમય વચ્ચેનુ અંતર
૧. જન્મ બાદ બીજે કે ત્રીજેવાસે	૪ વાર	૧ વાર	૪ કલાક
૨. બે માસ સુધી	૮ વાર	૨ વાર	૨ થી ૩ કલાક
૩. પાંચ માસ સુધી	૬ વાર	૧ વાર	૩ કલાક
૪. એક વરસ સુધી	૫ વાર	૦	૪ કલાક

પ્રથમ વાર બચ્ચુ અવતર્યું હોય એવી સ્ત્રીઓ જો ઉપર પ્રમાણે નિયમિત પોતાના બાળકને ધવરાવશે તો, પોતાના સતાનનું અને સમાજનું પુષ્કળ પ્રમાણમાં કલ્યાણ સાધવાને સમર્થ બનશે માટે આ બાબતમાં કેળવણી પ્રાપ્ત કરવા દરરોજ ધ્યાનપૂર્વક પ્રયત્ન કરવો બાલ-કલ્યાણ અને માતૃકલ્યાણ સમિતિઓ સ્થાપી દરરોજ શેરીએ શેરીએ અને ગામડે ગામડે અનુભવી સ્ત્રીઓએ એકત્ર થવુ પોતપોતાના અનુભવો ઊગતી જુવાનીમાં મજા માણતી નવીન માતાઓને કહેવા. અને સતાનપાલનની પ્રશસ્ત પ્રણાલિથી તેને જાણીતી બનાવવી. કેવળ આ એકજ ઉપાયથી માતાઓ અને બાળકોના અકાલ મરણના પ્રશ્નનો તીવેડો આવી શકશે.

સ્તનમાં દૂધ ન હોય તોઃ—

(૧) સ્તનમાં દૂધ સુકાઈ ગયુ હોય અથવા દુષિત બની ગયું હોય તો, તેને બદને ગાયનું કે બકરીનું દૂધ વાપરી શકાય. સ્વાભા-વિક સ્થિતિમાં ગાયનું દૂધ માતાના દૂધ કરતાં પચતાં વાર લાગે છે.

માટે નીચે લખ્યા પ્રમાણે તેને માતાના દૂધ જેવું બનાવવાના પ્રયત્નો કરવા.

ગાયના દૂધ સાથે સમાન ભાગે પાણી મેળવવું. પછી એ મિશ્રણ ઉકાળવું. દૂધ પીવરાવતી વેળા તેમાં સહેજ સાકર અગર ખાંડ ભેળવવી. આ મિશ્રણ સાથે દરેકવાર થેાડાં ટીપાં કોડલિવર ઑઇલ અથવા મલાઈ મેળવી પીવરાવવાથી ફાયદો થાય છે. કદી પણ દૂધમાં ઠંડું પાણી મેળવી પીવરાવવું નહિ.

(૨) પેટન્ટ ફૂડ આપવા એ કદી યેાગ્ય ન ગણાય:—આવાં ખેારાકને લીધે બાળક ૭ માસનું થાય તે પહેલાં નાના પ્રકારના રેાગથી ઘેરાઈ જાય છે. રિકેટસ અને સ્કર્વિ નામના રેાગ આવા ફૂડના જ પ્રતાપ છે. આ સિવાય બીજા અનેક પેટના રેાગેા આવા ખેારાકથી ઉદ્‌ભવે છે. જો કોઈ ખાસ કારણને લીધે એમ લાગે કે એવા પેટન્ટ ફૂડ ખવરાવ્યા વિના ચાલે તેમ નથી જ, તેા એ સાથે સાથે થેાડું કોડલિવર ઑઇલ આપતા જવું.

(૩) સામાન્ય રીતે બાળકના એક શેર વજને અધેાળ ગાયનું દૂધ વાપરવું અર્થાત્ બાળક બાર શેર વજનનું હેાય તેા તેને માટે પેાણેા શેર ગાયનું દૂધ બસ થઈ રહેશે.

બાળકને બદહજમી થાય છે કે નહિ તે કઈ રીતે સમજવું?

૧. વધારે પડતું રુદન કરે અને હાથપગ વાળી રાખે.

૨. ખટાશવાળી અગર ફેાદાફેાદાવાળી ઉલટી થાય.

૩. પેટમાં પીડા થાય. લીલા રંગના દુર્ગંધવાળા અગર કફવાળા ચીકણા ઝાડા થાય.

આવાં કંઈ ચિહ્નો જણાય કે તરત બાળકને ૪૮ કલાક દૂધ પાવું બંધ કરવું અને પાતળી બાર્લિ, સહેજ ચુનાનું પાણી અથવા ચેાખા ધેાઈ તેનું પાણી આપવું. આથી પણ ઉપલાં ચિહ્નો બંધ ન પડે તેા પછી દાક્તરની સલાહ લેવી.

ચુનાતું પાણી તૈયાર કરવાની રીતઃ—એકાદ સ્વચ્છ ઇનેમલ કરેલ અગર કાચના પાત્રમા થોડો ચુનો ચોકખા પાણીમા પલાળી રાખવો પછી એક સ્વચ્છ કપડાને વળ ચઢાવી તેનો એક છેડો એ વાસણમા બોળી રાખવો અને બીજો છેડો પેલા પાત્રની સહેજ નીચી સપાટી પર રાખેલા તેવા જ ઇનેમલવાળા કે કાચના પાત્રમાં રાખવો આ પદ્ધતિથી ચુનાતું પાણી ક્રમે ક્રમે કેશાકર્ષણને લીધે પહેલા નીચેની સપાટીએ રાખેલા ખાલી વાસણમા એકત્ર થશે પછી આ પાણી અમુક માપમા પથ્ય સાથે વાપરવુ

૨૮

પરિશિષ્ટ

દમ્પતી-જીવન

અગાઉ માતૃત્વની દશામા પાળવાના બ્રહ્મચર્ય સંબંધીના પ્રકરણમા જુદા જુદા વિચારોના વિકાસ સાથે તેનું તાત્પર્ય વિચારી ગૃહસ્થાશ્રમ ગ્રહણ કરવાનો ઉપદેશ આપવામા આવ્યો છે સારમાદ ગૃહસ્થાશ્રમમાં દમ્પતીયુગને કઈ રીતે જીવન ગુજારવુ તે પણ ટૂંકમાં દર્શાવવામાં આવ્યુ છે. ગૃહસ્થાશ્રમ એ બધા આશ્રમોમા શ્રેષ્ઠ છે, એ હિંદના પ્રાચીન ઋષિમુનિઓએ પોકારી પોકારીને કહ્યુ છે જીવ જગતમા દૃષ્ટિપાત કરતા જ આપણને સમજાશે કે પૃથ્વી પર સામાન્ય રીતે કોઈ એકલું રહેવા ઇચ્છતુ નથી દરેક સોબતી માટે વ્યાકુળ બની રહે છે. પ્રકૃતિનો આ નિયમ છે આ નિયમની ભાગીદારી દ્વારા કુદરત પોતાના સરજનહારનો હેતુ પાર પાડવા સદા તત્પર રહે છે.

મનુષ્ય પોતાની વિવેકબુદ્ધિદ્વારા સંયમનો અભ્યાસ ન કરે તો તે ખરો મનુષ્ય બની શકતો નથી અને તેથીજ બ્રહ્મચર્યાશ્રમમાં તેણે

ખરી સંયમશિક્ષા પ્રાપ્ત કરવી જોઇએ. બાલક બાલિકાને બાળપણથીજ સંયમની ટેવ પાડવાનો શો હેતુ છે તે એક વખત વિચારી જોવાની જરૂર છે. સંયમ વિના દુર્લભ દમ્પતીજીવન કદી પણ સુખદાયક નીવડતું નથી. સુખ એ સાધનાની સામગ્રી છે. જો આ સંસારમાં અનંત સુખના અધિકારી થવું હોય તો તેને માટે જે કંઈ સાધના કરવી જોઇએ તે પ્રત્યેક મનુષ્યે કરવીજ જોઇએ. આ સાધના વળી તદ્દન કષ્ટસાધ્ય વસ્તુ નથી. તોપણ તે સાધવા માટે અમુક અભ્યાસ, અમુક ટેવની જરૂર તો અવશ્ય છે જ. જેઓ સંયમદ્વારા બાળપણથી કેળવાય છે તેઓને માટે સુખની સાધના કષ્ટસાધ્ય થઇ પડતી નથી, અને તેઓજ આ સંસારમાં શાંતિ સ્થાપવા સમર્થ બને છે. દીર્ધદષ્ટિ વિનાની યુવતી, એકવાર તું વિચાર કરી જો. તું સંસારમાં શાંતિ ચાહે છે કે અશાંતિ ? સુખ ચાહે છે કે દુઃખ ? જો શાંતિ ઇચ્છતી હોય તો ઋષિવાક્ય યાદ કરી સાવિત્રી, દમયંતી સમાન બની, પતિના હિત માટે તારૂં ચારિત્ર નિર્મળ બનાવી દે. પવિત્ર સ્ત્રી જ હમેશાં સુખની સાધનામાં સિદ્ધિ મેળવે છે. પોતાના પ્રિય સ્વામી અને સતાનને અકાળ મૃત્યુના કોળીઆમાંથી બચાવે છે.

ભ્રમમાં પડી કામજ્વાલામાં દગ્ધ બની, હમેશને માટે આ વૃથા, નશ્વર ભોગવિલાસમાં ડૂબી, પાશ્ચાત્ય પ્રજાના અનુકરણથી જીવનને ધીમે ધીમે દગ્ધ બનાવશો નહિ. પરમાત્માની કૃપાથી તેની સૃષ્ટિનો રોધ કરવાની શક્તિ તમારામાં નથી. અકુદરતી ઉપાયો વડે ગર્ભનિરોધ કરવા જતાં તમે ન ટાળી શકાય તેવા વ્યાધિઓને આમંત્રણ આપશો. માટે જરૂર પડે ત્યારે સારા દાક્તરની સારવાર સ્વીકારવા સિવાય બીજા કોઇપણ ઉપાયો આદરશો નહિ.

દામ્પત્ય પ્રેમ સર્વથી શ્રેષ્ઠ છે અને તેના ઉપર જ આ સંસારની સ્થાપના થઇ રહી છે. ખરી રીતે કહીએ તો આ પ્રેમ નરનારીના હૃદયમાં ઉછળી રહી આ સંસારમાં નંદનવન સરજાવે છે. મનુષ્ય

જ્યારે સંસારના નાના પ્રકારના દબાણથી અકળાઈ, મુઝાઈ, ઉન્મત્ત બની જાય ત્યારે આ દામ્પત્ય પ્રેમ જ તેને શાંતિ આપે છે

જેમનામાં ચિત્તસયમ નથી, કામ પ્રવૃત્તિ જેમનામાં પ્રબળ છે, તેઓ કદી પણ દામ્પત્ય પ્રેમ જાળવી શકતા નથી અને અતિ અલ્પ દિનમાં કેટલાક અ પાયુ રેાગી, પુત્રકન્યાના માતાપિતા બની તેઓ સસારનાં બધાં સુખોને સળગાવી મૂકે છે દામ્પત્ય પ્રેમનેા મહાન હેતુ તેા એ જ છે કે આ દુનિયા પર સૌંદર્યનેા વિચાર કરી સુખ શાંતિ સ્થાપી સસાર-નિર્વાહ ચલાવવેા અને તે માટે જ આ પ્રેમમા બધાઈ રહી સુખી સસારનેા પાયેા નાખવાના પ્રયત્નેા કરવા એજ સ્રીપુરુષનું એક માત્ર કર્તવ્ય છે વિધાતાની મહાન ઇચ્છા પાર પાડવા માટે મનુષ્ય સમતેાલ-પણુ જાળવી શકતેા નથી, અને તેથી જ તે હાથે કરીને કષ્ટ ભેાગવે છે પરતુ સમતેાલપણું જાળવી રાખતાં આવડે, તેા દામ્પત્ય પ્રેમ કદી મ્લાન થવાનેા નથી કયા ઉપાયેા આદરવાથી આ દામ્પત્ય પ્રેમ જાળવી શકાય તે દરેક નરનારીનેા પેાતાનેા અગત પ્રશ્ન છે, અને તે પ્રશ્ન દરેકે પેાતપેાતાના સજોગેા જોઈ ઉકેલવાનેા છે આ પ્રેમ જ્યાં સુધી જળવાઈ રહે છે ત્યા સુધી મનુષ્યને દુ ખ સ્પર્શી શકતુ નથી નરનારી જો સશક્ત હેાય તેા દામ્પત્ય પ્રેમનેા વિકાસ દિનપ્રતિદિન વૃદ્ધિ પામતેા જાય છે, અને સંસારમા શાતિ સ્થપાય છે દુર્બળ અને અશક્ત નરનારી માટે આ બધુ લગભગ અશક્ય છે, અને તે માટે જ આપણા ઉપનિષદકારેા પેાકારી ગયા છે કે **नायमात्मा बलहीनेन लभ्य :** આયુર્વેદ પેાકારીને કહે છે કે **शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्।**

ગૃહસ્થાશ્રમનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન મેળવી માતૃત્વની જવાબદારી અનુભવ્યા બાદ જે સ્રીઓ વિવાહ કરે છે, તેઓ સામાન્ય રીતે સંસાર-ધુરા સારી રીતે ચલાવી શકે છે. કેટલાક મનુષ્યેા એમ માને છે કે વરસે વરસે સંતાન પેદા કરવાં એ જ સ્રીની ગૃહાવસ્થાનું કારણ છે પરંતુ સંતાન પેદા કરવાં એ તેા સુસ્થ અને સબલ નારીનેા સ્વાભાવિક

શારીરિક ધર્મ છે. તેને ને વૃદ્ધત્વને કંઈ જ સંબંધ નથી. અલબત શરીર ધર્મનું રક્ષણ કરવા માટે પણ સાધનાની જરૂર છે. માતાએ દારૂણ તૃષ્ણાથી ઉન્મત્ત બની સંસારમાં અશાંતિની આગ ફેલાવવી નહિ.

૪૦–૪૫ વર્ષ સુધી સુસ્થ અને સબળ નારીએ નિયમિતપણે ગૃહસ્થાશ્રમનું પાલન કરવું પછી દાક્તરી સલાહ મુજબ વાનપ્રસ્થ સ્વીકારવું.

૨૯

માતૃકલ્યાણ અને બાલકલ્યાણ સંસ્થા

સાંપ્રત સમયમાં દેશની બાલિકાથી માંડીને વૃદ્ધા સુધીની દરેક સ્ત્રીઓએ વિચારવા જેવો પ્રશ્ન છે કે, સમગ્ર હિંદુસ્થાનમાં જ્યારે દર વર્ષે ૬૦૦૦ સ્ત્રીઓ સુવાવડ દરમિયાન મરી જાય છે, ત્યારે સમગ્ર અમેરિકા ખંડમાં આ આંકડો ભાગ્યે જ ૨૦૦૦ જેટલો થાય છે.

વળી ઈંગ્લાંડમાં જે ઉંમરે હજાર બાળકોમાં ૭૦ બાળકો મૃત્યુના પંજામાં સપડાય છે ત્યારે આપણા દેશમાં એ આંકડો લગભગ ત્રણ ગણો બની જાય છે. જે દેશમાં બાર વર્ષના બાળકના, પિતા પહેલા મૃત્યુ થવા માટે ભગવાન રામચંદ્ર જેવાને જવાબ આપવો પડ્યો હતો તે દેશની આ કેવી દયાજનક સ્થિતિ ગણાય ! માતૃદેવીઓ, તમે તમારાં સંતાનોના હિત માટે વિચાર કરો ! વિચાર કરશો તો જણાશે કે આ અવસ્થા માટે તમે જ જવાબદાર છો. તમે જે રીતે તમારા બાળકનું લાલનપાલન કરશો, તમારાં દેવ સમાન શિશુ તે પ્રમાણે વૃદ્ધિ પામશે. તમારી જવાબદારી તમે સમજી લો, તમારૂં કર્તવ્ય તમે જ નક્કી

કરો. બાલમૃત્યુ અને માતૃમૃત્યુને અટકાવવાનું કામ તમારી કેળવણી ને રીતભાત ઉપર જ આધાર રાખે છે.

બાળક એજ પ્રજાની બરડાની કરોડ છે. દુર્બળ અને અપૂર્ણ દેહવાળાં બાળક પ્રજાનું કલંક છે. પ્રજાના અપાર અકલ્યાણનું કારણ છે. દેશનો ભાનુ જ્યારે મધ્યાકાશમાં ઝળકતો હતો ત્યારે બાળકો દેવ જેટલુ માન પામતાં અને એ ખાતર નારીજાતિનું પણ ઘેર ઘેર આદરમાન થતું. આજે વિકલાંગ બનેલી, રોગી, ક્ષીણ કાયાવાળી માતા આર્ય જાતિની વિશિષ્ટતા ગુમાવી બેઠી છે. તેમને તેમની વિશેષતાએ પાછી પહોંચાડવી જોઈએ, અને તેમ નહિ કરવામાં આવે તો તે પોતાની જવાબદારીનું કર્તવ્ય બજાવી શકવા અસમર્થ નીવડશે

આપણા દેશમાં બાળકો જન્મે ત્યારથી તે એક વર્ષ પુરૂં થાય તે દરમિયાન જન્મેલાં બાળકોના પાચમા ભાગનાં બાળક ખલાસ થઈ જાય છે. એક માસ દરમિયાન તેમાંનાં અર્ધાં ઉપર મૃત્યુ મુખમાં ઝડપાય છે. માતાઓ પોતનાં વહાલા બાળકોને મૃત્યુ મુખમાંથી બચાવવા એક માસ સુધીમાં તૈયાર થઈ શકતી નથી તેનાં કારણો અવશ્ય ખોળી કાઢવાં જોઈએ. એક માસ દરમિયાન બાળક માતા પાસેથી મૃત્યુ સામે લડવાનું બળ મેળવી શકતું નથી એ વાત ચોક્કસ છે જેઓ બાળકોપર સ્નેહ રાખે છે, જેઓને હિંદની પ્રજાને જીવાડવી છે, તેઓએ અવશ્ય બાળકના મૃત્યુની સંખ્યા ઘટાડવી જ જોઈએ. કેળવાએલી સ્ત્રીઓની જવાબદારી મહાન છે. તેઓએ પોતપોતાની શેરીની અગર ગામડાંની અણકેળવાએલી સ્ત્રીઓને અઠવાડીઆમાં એકાદવાર ભેગી કરી માતૃ-કલ્યાણ અને બાલકલ્યાણની વાતો સ્હજગમ્ય ભાષામાં ચર્ચવી જોઈએ, ને મદદ માટે સ્થાનિક આરોગ્યખાતાની મદદ લેવી જોઈએ. દાયણોનું કેન્દ્ર સ્થાપી પોતાનું અજ્ઞાન દૂર કરવું જોઈએ. સરકાર આ ખાતર થોડું થોડું ખર્ચ કરવા તૈયાર થઈ છે. આરોગ્ય ખાતાના અમલદારો આ કાર્ય માટે નીમાયેલા છે. જો આ બાબતમાં સરકાર કે એ અમલદારોનું બરાબર ધ્યાન ન હોય તો આપણે તેમનું

ધ્યાન ખેંચવું જોઈએ. ગમે તે રીતે પ્રસવવિદ્યા અને તે સંબંધીના નિયમો અમલમાં મૂકવા જેટલું જ્ઞાન પ્રત્યેક સ્ત્રીએ પ્રાપ્ત કરી લેવું જ ઘટે.

પ્રત્યેક ગામડામાં ઓછામાં ઓછી ૧૦-૧૨ માતાઓ એકત્ર થઈ આ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે પ્રયત્ન કરે, એમને જ્ઞાન આપવા માટે, કોઈપણ સારા દાક્તર અઠવાડીઆમાં એકવાર ધાત્રીવિદ્યા અને બાળસંગાપન સંબંધમાં બની શકે તેટલાં શક્ય સાધનોથી જ્ઞાન આપવા તૈયાર થાય, ગામની દાયણોને એકત્ર કરી જ્ઞાનનો પ્રચાર કરવામાં આવે, તો સ્ત્રી વર્ગ પોતાની જવાબદારી સમજતો થઈ જાય, અને પ્રજાનું કેટલું બધું કલ્યાણ સધાય! ક્રમે ક્રમે આવાં ૪-૫ નજીકનાં ગામડાંઓ પ્રયત્ન કરે તો પોતાનું મોટું મથક સ્થાપી શકે. આ મથકમાં કેળવાએલી દાયણદ્વારા પ્રસવ સંબંધીનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકાય. અને આ રીતે જ્ઞાન અને અનુભવવાળી દાયણો દેશ અને જાતિનું ખરૂં કલ્યાણ સાધી શકે. આવાં મથકોને રેડક્રોસ સોસાઇટી પણ મદદ કરવા તૈયાર થશે. પોતપોતાના જિલ્લા કે શહેરના હેલ્થ ઓફિસરને પણ આ બાબમાં રસ લેતા કરી શકાશે. ટૂંકામાં આંખો મીચી પૂર્વની મહત્તાના વિચારો કર્યા કરવાથી કર્ઈજ નહિ વળે. પુરાતન પુરાણોના પાશુપતાસ્ત્ર કે બ્રહ્માસ્ત્ર હવે તમારી મદદે નહિ આવે. દેવદેવતાની માનતા કરશો તોપણ તેઓએ હવે નિશ્ચય કર્યો છે કે, જે પ્રજા પોતાનું શ્રેય પોતે વિચારી શકતી નથી તેની મદદે જવું જ નહિ. માટે આપણે આપણું હિત આપણી મેળે સાધી લેવાનું છે એમ માની કર્તવ્ય બજાવવા મંડી પડવાનું છે.

—લીલાવતી ગ્રંથાવલિ—

૧૭ પરણ્યા પછી ભા. ૧-૨	[ભાનુ પ્ર. દવે]	૩-૮-૦
૧૮ પરણ્યા પછી ભા. ૩ જો	[મ. ઈ. દવે]	૨-૮-૦
૧૯ સંતતિનો સર્જન પછી	[,,]	૩-૦-૦
૨૦ ભરમભંગના	[ગુણવંતરાય આચાર્ય]	૨-૦-૦
૨૧ પ્રિયતમા	[મોહનલાલ ચુ. ધામી]	૦-૧૨-૦
૨૨ તાંત્યારોવનું તાવીજ	[સનત્કુમાર વિષ્ણું]	૧-૮-૦
૨૩ કોણ ગુનેગાર?	[ગુણવંતરાય આચાર્ય]	૧-૦-૦
૨૪ નંદિતા	[સુરેશ ગાંધી]	૧-૮-૦
૨૫ રાજરાણી	[બંકીમ બાબુ]	૨-૦-૦
૨૬ મધુરજની	[મૃદુલ]	૧-૮-૦
૨૭ ગૃહત્યાગ	[સૌરિન્દ્રમોહન મુખોપાધ્યાય]	૨-૦-૦
૨૮ ત્રિશિરા	[ધૂમકેતુ]	૧-૮-૦
૨૯ હાસ્યવિલાસ	[મસ્તફકીર]	૩-૦-૦
૩૦ રાષ્ટ્રીય ઉદ્યોગ	[મોહનલાલ ચુ. ધામી]	૧-૮-૦
૩૧ વિકાસ	[ચુનીલાલ વર્ધમાન શાહ]	૩-૦-૦
૩૨ મમતા	[શરદચંદ્ર ચટ્ટોપાધ્યાય]	૨-૦-૦
૩૩ નિરૂપમા	[સૌરિન્દ્રમોહન મુખોપાધ્યાય]	૨-૦-૦
૩૪ વિજેતા	[મોહનલાલ ચુ. ધામી]	૧-૮-૦
૩૫ લાલ માટીના રસ્તા	[સૌરિન્દ્રમોહન મુખોપાધ્યાય]	૨-૮-૦
૩૬ ક્રાંતિની ઓસરી	[બાજીગર]	૩-૦-૦
૩૭ પ્રથમ આષાઢ	[નીરૂ દેસાઈ]	૨-૦-૦

મળવાનું સ્થળ: **નવયુગ પુસ્તક ભંડાર** રાજકોટ [કાઠિયાવાડ]